
UNIVERSITY OF TORONTO
3 1761 00845759 0


LIBRARY
FEB 18 1971
UNIVERSITY OF TORONTO

ΚΛΑΥΔΙΟΥ ΓΑΛΗΝΟΥ
ΑΠΑΝΤΑ.

CLAVDII GALENI
OPERA OMNIA.

EDITIONEM CVRAVIT

D. CAROLVS GOTTLOB KÜHN

PROFESSOR PHYSIOLOGIAE ET PATHOLOGIAE IN LITERARVM VNIVERSITATE LIPSIENSI PVBLICVS ORDINARIVS ETC.

TOMVS VI.

LIPSIAE

PROSTAT IN OFFICINA LIBRARIA CAR. CNOBLOCHII

1 8 2 3.

MEDICORVM GRAECORVM

OPERA

QVAE EXSTANT.

EDITIONEM CVRAVIT

D. CAROLVS GOTTLOB KÜHN

PROFESSOR PHYSIOLOGIAE ET PATHOLOGIAE IN LITERARVM VNIVERSITATE LIPSIENSI PVBLICVS ORDINARIVS ETC.

VOLVMEN VI.

CONTINENS

CLAVDII GALENI T. VI.

LIPSIAE

PROSTAT IN OFFICINA LIBRARIA CAR. CNOBLOCHII

1823.

ΓΑΛΗΝΟΥ ΥΓΙΕΙΝΩΝ ΛΟΓΟΣ Α.

Ed. Chart. to. VI. [p. 40.] Ed. Bas. to. IV. (p. 220.)

Κεφ. α'. Τῆς περὶ τὸ σῶμα τἀνθρώπου τέχνης μιᾶς οὔσης, ὡς ἐν ἑτέρῳ δέδεικται γράμματι, δύο ἐστὸν τὰ πρῶτά τε καὶ μέγιστα μόρια· καλεῖται δὲ τὸ μὲν ἕτερον αὐτῶν ὑγιεινὸν, τὸ δὲ ἕτερον θεραπευτικὸν, ἔμπαλιν ἔχοντα πρὸς ἄλληλα ταῖς ἐνεργείαις, εἴ γε τῷ μὲν φυλάξαι, τῷ δὲ ἀλλοιῶσαι πρόκειται τὴν περὶ τὸ σῶμα κατάστασιν. ἐπεὶ δὲ καὶ ἀξιώματι καὶ χρόνῳ πρότερόν ἐστιν ὑγεία νόσου, χρὴ δήπου καὶ ἡμᾶς, ὅπως ἄν τις ταύτην φυλάξειεν, ἐπισκέψαι πρότερον, ἐφεξῆς δὲ καὶ ὡς ἄν τις ἄριστα τὰς

GALENI DE SANITATE TVENDA LIBER PRIMVS.

Cap. I. Quum una ſit ars, quae circa corpus hominis occupatur, ut in alio libro demonſtratum eſt, ejus primae ac maximae partes ſunt duae; quarum altera ſanitatis conſervatrix, altera curatrix appellatur; quae contraria inter ſe habent officia; ſiquidem illi tueri, huic immutare ſtatum corporis eſt propoſitum. Quum vero et dignitate et tempore ſanitas morbum praecedat, utique et nos, quemadmodum haec ſervanda ſit, conſiderare prius oportet, deinde vero, quo pacto commo-

νόσους ἐξιῷτο. κοινὴ δ' ἀμφοτέροις ὁδὸς τῆς εὑρέσεως, εἰ γνοίημεν, ὁποία τίς ἐστι διάθεσις τοῦ σώματος, ἣν ὑγείαν ὀνομάζομεν· οὐ γάρ τοι οὔτε φυλάττειν αὐτὴν παροῦσαν, οὔτ' ἀνακτᾶσθαι διαφθειρομένην οἷοίτ' ἂν εἴημεν ἀγνοοῦντες τὸ παράπαν, ἥτις ποτ' ἐστί. γέγραπται δὲ ἡμῖν ἑτέρωθι καὶ περὶ τοῦδε, καὶ δέδεικται τῶν μὲν ὁμοιομερῶν ὀνομαζομένων ἡ ὑγεία, θερμοῦ καὶ ψυχροῦ, καὶ ὑγροῦ καὶ ξηροῦ, συμμετρία τις ὑπάρχουσα, τῶν δ' ὀργανικῶν ἐκ τῆς τῶν ὁμοιομερῶν συνθέσεώς τε καὶ ποσότητος καὶ πηλικότητος καὶ διαπλάσεως ἀποτελουμένη. ὥστε καὶ ὅστις ἂν ἱκανὸς ᾖ φυλάττειν ταῦτα, φύλαξ οὗτος ἀγαθὸς ὑγιείας ἔσται. [41] φυλάξει δὲ πρότερον ἐξευρὼν ἅπαντας τοὺς τρόπους, καθ' οὓς διαφθείρεται. ὥσπερ γάρ, εἰ καὶ παντάπασιν ἀπαθὲς ἦν ἡμῶν τὸ σῶμα, τῆς προηγουμένης αὐτοῦ τέχνης οὐκ ἂν ἐδεήθημεν, οὕτω νῦν, ἐπειδὴ πάσχει πολυειδῶς, ἀναγκαῖον ἔσται προστήσασθαί τινα τέχνην, τὴν ἁπάσας αὐτοῦ τὰς βλάβας γινώσκουσάν τε καὶ φυλάττεσθαι δυναμένην.

diffime morbos quis abigat. Utriusque autem inveniendae communis via eft, fi cognoverimus, qualis fit is corporis affectus, quem fanitatem appellamus; quandoquidem nec praefentem fervare, nec labefactatam reftituere posfint, qui, quaenam ea fit, penitus ignorant. Scripfimus de hoc alibi oftendimusque, fimiliarium, quas vocant, partium fanitatem, calidi, frigidi, humidi et ficci, commoderationem quandam effe, organicarum vero ex fimiliarium ipfarum compofitione, et numero, et magnitudine, et conformatione conftare. Quare, quisquis haec commode tueri poffit, is optimus fanitatis cuftos fuerit. Tuebitur autem, fi modos omnes, quibus vitiantur, compertos prius habuerit. Sicuti enim, fi impatibile nobis corpus effet, nullam defideraret artem, quae ejus tutelae praeeffet, ita nunc, quum diverfis multisque affectibus expofitum fit, certam fibi depofcit artem, quae et omnes ejus laefiones perfpicere, et ipfum ab iis tueri poffit.

Ed. Chart. VI. [41.] Ed. Bas. IV. (220.)

Κεφ. β'. Εἰσὶ δὲ βλάβαι τε καὶ διαφθοραὶ τοῦ σώματος ἡμῶν διτταὶ κατὰ γένος· αἱ μὲν γὰρ αὐτῶν ἀναγκαῖαί τ' εἰσὶ καὶ σύμφυτοι, τὴν οἷον ῥίζαν ἔχουσαι τὰς ἀρχὰς τῆς γενέσεως· ἔνιαι δὲ οὐκ ἀναγκαῖαι μὲν οὐδὲ ἐξ ἡμῶν αὐτῶν ὁρμώμεναι, διαφθείρουσαι δ' οὐδὲν ἧττον ἐκείνων τὸ σῶμα. διαιρήσομεν ἤδη χωρὶς ἑκατέρας. αἷμα καὶ σπέρμα τῆς γενέσεως ἡμῶν εἰσιν ἀρχαὶ, τὸ μὲν αἷμα οἷον ὕλη τις εὔρυθμός τε καὶ εὐπειθὴς εἰς ἅπαν τῷ δημιουργῷ, τὸ σπέρμα δὲ τὸν τοῦ δημιουργοῦ λόγον ἔχει. κέκραται δὲ ἑκάτερον μὲν ἐκ τῶν αὐτῶν στοιχείων κατὰ γένος, ὑγροῦ καὶ ξηροῦ, καὶ θερμοῦ καὶ ψυχροῦ, ἢ, εἴπερ ἐθέλει τις οὐκ ἀπὸ τῶν ποιοτήτων, ἀλλὰ κατὰ τὰς οὐσίας ὀνομάζειν αὐτὰ, γῆς καὶ ὕδατος, ἀέρος τε καὶ πυρός· οὕτως γὰρ ἡμῖν ἐν τῷ περὶ τῶν καθ' Ἱπποκράτη στοιχείων ἀποδέδεικται· διαφέρουσι δὲ τῷ ποσῷ τῆς μίξεως. τῷ μὲν γὰρ σπέρματι πλέον ἐνυπάρχει πυρώδους τε καὶ ἀερώδους οὐσίας, τῷ δὲ αἵματι γεώδους τε καὶ ὑδατώδους. ἐπικρατεῖ μὴν ἔτι κἀν

Cap. II. Sane, quae corpus nostrum laedunt corrumpuntque, ea sunt genere duplicia; alia quidem necessaria et nobis congenita, quaeque ex ipsis generationis principiis veluti radice oriuntur; quaedam vero non necessaria quidem et quae a nobis non procedunt, nec tamen minus quam illa corpus nostrum corrumpunt. Utraque iam seorsum distinguemus. Sanguis et semen generationis nostrae principia sunt: sanguis quidem ceu materies quaedam apta concinnaque, et opifici ad quidvis sequax; semen vero opificis rationem obtinens. Mixtum est horum utrumque eisdem genere elementis humido et sicco, frigido et calido, aut, si quis velit, ab essentia sumptis nominibus, non a qualitate, nominasse, terra et aqua, aëre et igne. Sic enim demonstratum nobis est in eo libro, quem de elementis ex Hippocratis sententia scripsimus. Diffident autem ratione mixtionis. Siquidem in semine plus est igneae substantiae atque aëreae, in sanguine aqueae terreaeque,

τούτῳ τὸ μὲν θερμὸν τοῦ ψυχροῦ, τὸ δὲ ὑγρὸν τοῦ ξηροῦ, καὶ διὰ τὴν ἐπικράτειαν ταύτην οὐ ξηρὸν, ὥσπερ ὀστοῦν καὶ ὄνυξ καὶ θρὶξ, ἀλλ' ὑγρὸν εἶναι λέγεται. τὸ δὲ σπέρμα ξηρότερον μέν ἐστιν ἢ κατὰ τὸ αἷμα, ῥυτὸν μὴν ἔτι καὶ ὑγρὸν ὑπάρχει καὶ αὐτό. καὶ οὕτως ἑκατέρωθεν ἡμῖν ἡ ἀρχὴ τῆς γενέσεως ἐξ ὑγρᾶς οὐσίας ἐστὶν, ἣν οὐχ ὑγρὰν δήπου φυλάττεσθαι προσῆκε, μέλλουσάν γε νεῦρα καὶ φλέβας καὶ ἀρτηρίας τε καὶ ὀστᾶ καὶ χόνδρους καὶ ὑμένας καὶ ὅσα τἄλλα τοιαῦτα γενήσεσθαι. συγκαταβεβλῆσθαι τοίνυν ἀναγκαῖόν ἐστιν εὐθὺς ἀπὸ τῆς πρώτης γενέσεως ἰσχυρότερον ἐν τῇ κράσει τὸ ξηραντικὸν στοιχεῖον. ἔστι δὲ τὸ τοιοῦτον τῇ φύσει μάλιστα μὲν τὸ πῦρ, ἤδη δὲ καὶ ἡ γῆ· ξηρὸν γάρ τι χρῆμα καὶ ἥδε. ἀλλὰ τῆς μὲν γῆς οὐχ οἷόν τε ἦν μίγνυσθαι πλέον, ὡς ὑγρῶν εἶναι δεομένων τῶν ἀρχῶν· τοῦ πυρὸς δ' οὔτε κωλύει (221) πλέον μιχθῆναι καὶ κέκραται τοσούτῳ πλέον ἐν ἀμφοῖν, ὡς μήτε φρύγειν ἤδη καὶ καίειν αὐτάρκως τε ξηραίνειν. καὶ γὰρ αὖ καὶ τὴν

quamquam praepollet in hoc quoque et calidum frigido et humidum ficco, et ob eam exuperantiam non ficcus, ficut offa, unguis pilusve, fed humidus effe dicitur. At femen fanguine ficcius quidem eft, caeterum ipfum quoque humidum fluxileque eft. Atque ita nobis utrinque ex humida fubftantia principium generationis eft, hanc tamen humidam fervari conveniens non erat, fi modo ex ea nervi, arteriae, venae, offa, cartilagines, membranulae et alia id genus fieri deberent. Affundi equidem ftatim ab initio generationis validius in temperamento oportuit elementum id, quod ficcandi vim haberet. Eft vero id natura quidem maxime ignis, fed tamen et terra; eft enim ea quoque res ficca. Verum hujus plus immifceri poffibile non erat, quum ipfa principia effe debeant humidiora. Ignis certe quo minus plus fit admixtum, nec obftat quicquam, et fane illius admixtum eft tanto plane plus in utroque principio, quantum nec iam torreat uratve, et tamen abunde ficcet; nam etiam

πρὸς τὰς κινήσεις ἑτοιμότητα τοσοῦτον ὑπάρχον τὸ θερμὸν ἱκανὸν ἦν παρασχεῖν. ὑπὸ τούτου δὴ τὰ μὲν πρῶτα συνίσταταί τε καὶ βραχεῖάν τινα πῆξιν λαμβάνει τὸ κύημα· μετὰ δὲ ταῦτα ἐπὶ μᾶλλον ἤδη ξηραινόμενον οἷον ὑπογραφάς τινας ἴσχει καὶ τύπους ἀμυδροὺς ἑκάστου τῶν μορίων· εἶτ᾽ ἐπὶ πλέον ξηρανθὲν οὐχ ὑπογραφὰς μόνον οὐδ᾽ ἀμυδροὺς τοὺς τύπους, ἀλλ᾽ ἀκριβὲς ἑκάστου τὸ εἶδος ἴσχει. καὶ δὴ καὶ ἀποκυηθὲν ἀεὶ καὶ μᾶλλον ἑαυτοῦ γίνεται ξηρότερόν τε καὶ ῥωμαλεώτερον, ἄχρι περ ἂν εἰς ἀκμὴν ἀφίκηται. τηνικαῦτα δὲ τά τε τῆς αὐξήσεως ἵσταται, μηκέτι ἐπιδιδόντων τῶν ὀστῶν διὰ σκληρότητα, καὶ τῶν ἀγγείων δὲ ἕκαστον εἰς εὖρος διαφυσᾶται, καὶ σύμπανθ᾽ οὕτως τὰ μόρια κρατύνεταί τε καὶ εἰς τὴν ἀκροτάτην αὐτῶν ἰσχὺν ἀφικνεῖται. [42] τὸ δὲ ἀπὸ τοῦδε περαιτέρω τοῦ προσήκοντος ἤδη ξηροτέρων ἁπάντων τῶν ὀργάνων γιγνομένων αἵ τε ἐνέργειαι χεῖρον ἐπιτελοῦνται καὶ ἀσαρκότερόν τε καὶ ἰσχνότερον ἑαυτοῦ γίνεται τὸ ζῶον. ἐπὶ πλέον δὲ ἀναξηραινόμενον οὐκ ἀσαρκότερόν γε μόνον, ἀλλὰ καὶ ῥυσσὸν ἀπο-

tantus calor adhibitus facilitatem praeſtare ad motiones ſat erat. Ab hoc igitur primum cogitur, pauliumque concreſcit, quod in utero conceptum eſt; mox ſiccius redditum veluti lineamenta quaedam et rudimenta cujusque partis obtinet. Ulterius vero etiam ſiccefcens non lineamenta rudimentave modo, ſed etiam exactam uniuſcujusque ſpeciem oſtendit. Iam vero in lucem editum tum ſiccius, tum valentius ſe ipſo ſemper efficitur, donec ad florem pervenerit aetatis. Tum vero et incrementum omne ſiſtitur, oſſibus nimirum ipſis per ſiccitatem non ultra ſequacibus, et vas unumquodque in latum extenditur, cunctae denique partes non ſolum robuſtae, ſed etiam vires ſuas ſummas obtinent. In eo vero, quod ſequitur, tempore, omnibus iam inſtrumentis plus juſto ſiccefcentibus, non ſolum cujusque functio minus probe perficitur, ſed etiam animal ipſum macilentius graciliusque, quam ante, redditur. Ergo plus ſatis ſiccatum non macilentius modo, verum etiam rugoſum efficitur. Artus

τελεῖται, καὶ τὸ κῶλον ἀκρατὲς καὶ σφαλερὸν ἐν ταῖς κινήσεσι. καὶ καλεῖται μὲν ἡ τοιαύτη διάθεσις γῆρας, ἀνάλογον δ᾽ ἐστὶ τῇ τῶν φυτῶν αὐάνσει. καὶ γὰρ αὖ κἀκείνη γῆράς ἐστι φυτοῦ, δι᾽ ὑπερβάλλουσαν ξηρότητα γινομένη. μία μὲν οὖν ἥδε σύμφυτος ἀνάγκη φθορᾶς ἅπαντι τῷ γεννητῷ σώματι, δευτέρα δὲ τοῖς ζώοις μάλιστα ὑπάρχουσα, τῆς ὅλης αὐτῶν οὐσίας ἡ ῥύσις, ἐκ τῆς ἐμφύτου θερμότητος ἀποτελουμένη. ταύτας μὲν οὖν τὰς βλάβας οὐδενὶ γεννητῷ σώματι φυγεῖν ἐγχωρεῖ, τὰς δ᾽ ἄλλας βλάβας, ὅσαι ταύταις ἕπονται, δυνατὸν φυλάξασθαι προμηθούμενον. ἡ γένεσις δὲ κἀκείνων ἐκ τοῦ τὰς ἀναγκαίας βλάβας ἐπανορθοῦσθαι πειρᾶσθαι. ῥεούσης γοῦν τῆς οὐσίας συστάσεως ἐπὶ πάντων τῶν ζώων, εἰ μή τις ἑτέρας ὁμοίας ἀντεισάγει τῷ ἀποῤῥέοντι, διαφορηθήσεταί τε καὶ σκεδασθήσεται σύμπαν οὕτως τὸ σῶμα. καὶ διὰ τοῦτο οἶμαι τὴν φύσιν οὐ μόνον τοῖς ζώοις, ἀλλὰ καὶ φυτοῖς εὐθὺς ἐξ ἀρχῆς συμφύτους δοῦναι δυνάμεις ἐφιεμένας τῶν ἀεὶ ἐλλειπόντων.

quoque ipſi invalidi atque ad motus ſuos inſtabiles ſunt. Atque talis quidem affectus ſenium appellatur, ei, quae in ſtirpibus areſactio dicitur, proportione reſpondens: eſt enim et illa ſtirpis ſenium, ſiccitatis exceſſu proveniens. Una igitur haec eſt omni genito corpori corruptelae interitusque connata neceſſitas. Altera eſt, quae etiam in animalibus praecipue cernitur, totius ſubſtantiae ſluor, quem inſitus calor excitat. Has itaque jacturas nullum, quod genitum ſit, corpus effugere poteſt; reliquas vero, quae has ſequuntur, providentia conſilioque certe poteſt. Porro his quoque non aliunde origo eſt, quam ex ipſis jam dictis neceſſariis jacturis corrigendis atque ſarciendis. Nam quum tota moles animalium in perpetuo ſluore ſit, ni ſimilis altera ſubſtantia pro ea, quae deſluxit, reſtituta ſit, diſſolvetur certe atque diſſipabitur univerſum corpus. Quo factum arbitror, ut natura non animalibus modo, verum etiam ſtirpibus inſitas quaſdam facultates ejus quod deeſt, ſemper appetentes ab initio

Ed. Chart. VI. [42.] Ed. Baf. IV. (221.)

οὔτε γὰρ ἐσθίειν οὔτε πίνειν οὔτε ἀναπνεῖν διδασκόμεθα πρός τινος, ἀλλ᾽ ἐξ ἀρχῆς ἔχομεν ἁπάντων τούτων ἐν ἡμῖν αὐτοῖς τὰς δυνάμεις, ἄνευ διδαχῆς ἐπιτελούσας ἅπαντα. διὰ μὲν οὖν τῆς ἐδωδῆς ἀναπληροῦμεν, ὅσον ἂν ἀποῤῥυῇ τῆς ξηροτέρας οὐσίας, διὰ δὲ τοῦ πόματος τῆς ὑγροτέρας ἀντεισάγομεν, εἰς τὴν ἀρχαίαν ἐπανάγοντες ἄμφω συμμετρίαν. οὕτω δὲ καὶ τῆς ἀερώδους τε καὶ πυρώδους οὐσίας τὴν συμμετρίαν ἀναπνοαῖς τε καὶ σφυγμοῖς διασώζομεν. ἀποδέδεικται δὲ καὶ περὶ τούτων ἁπάντων ἰδίᾳ καθ᾽ ἕκαστον ἐν ἑτέροις γράμμασι, καὶ προσήκειν ἡγοῦμαι τῷ λόγῳ τῷ νῦν, ὅσα δέδεικται δι᾽ ἐκείνων ὑποθέσεις ποιησαμένους πρὸς τὴν ὑγιεινὴν πραγματείαν οὕτως ἔχεσθαι τῶν ἑξῆς.

Κεφ. γ΄. Ἐπειδὴ γὰρ ἀποῤῥεῖ μὲν ἁπάντων τῶν ζώων ὁσημέραι πολὺ μέρος τῆς οὐσίας διὰ τὴν ἔμφυτον θερμότητα, δεόμεθα δὲ ὑπὲρ τοῦ τὴν συμμετρίαν αὐτῆς διαφυλάττεσθαι σιτίων τε καὶ πομάτων, ἀναπνοῆς τε καὶ σφυγμῶν, ἐξ ἀνάγκης ἀκολουθήσει τοῖσδε περιττωμάτων γένεσις. εἰ μὲν γὰρ, οἷόν περ ἦν τὸ κενωθὲν, ἕτερον ἀκριβῶς τοιοῦτον

ſtatim dederit. Non enim veſci, bibere, aut reſpirare a quoquam uſquam diſcimus, ſed ſtatim a principio facultates in nobis habemus, quae haec omnia citra docentem perficiant. Cibo igitur, quicquid ſiccioris ſubſtantiae effluxit, reſtituimus, potu, quicquid humidioris, atque ad priſtinam ita commoderationem ambo reducimus. Ita vero et aëreae igneaeque ſubſtantiae modum reſpiratione et pulſu tuemur. De quibus omnibus etiam ſigillatim dictum a nobis in aliis voluminibus eſt, nec a praeſenti diſputatione alienum cenſemus, ut, quae ibidem monſtrata ſunt, ad ſanitatis tuendae artem hypotheſeos loco poſitis, ſic quae deinceps ſunt aggrediamur.

Cap. III. Quum enim quotidie propter inſitum ipſis calorem cunctis animalibus multa ſubſtantiae portio defluat, indigeamus autem ad hujus commoderationem conſervandam cibo, potu, reſpiratione et pulſu, neceſſe eſt ex iis ſequi excrementorum proventum. Nam ſi, quale erat ipſum, quod effluxit, tale prorſus adjungere ei per

εἴχομεν αὐτῷ προσφῦσαι δι' ὅλου, κάλλιστον ἂν ἦν τοῦτο καὶ ὑγιεινότατον. ἐπεὶ δὲ τὸ μὲν ἀποῤῥέον ἑκάστου τῶν μορίων τοιοῦτον τὴν φύσιν ἐστὶν, οἷόν περ αὐτὸ τὸ μόριον, οὐδὲν δὲ τῶν ἐσθιομένων ἢ πινομένων ἀκριβῶς ἐστι τοιοῦτον, ἀναγκαῖον ἐγένετο τῇ φύσει προμεταβάλλειν τι καὶ πέττειν αὐτά, καὶ ὡς ἔνι μάλιστα προπαρασκευάζειν ὅμοια τῷ θρεψομένῳ σώματι. κἂν τούτῳ τὸ μὴ κατεργασθὲν ἀκριβῶς μηδ' ἐξομοιωθὲν οὔτε προσφύεται τῷ σώματι, καὶ ὡς περιττὸν ἀλᾶται κατὰ τὰς ἔνδον εὐρυχωρίας, ὅθεν περ αὐτῷ καὶ τοὔνομα πρὸς τῶν ἔμπροσθεν ὀρθῶς ἐτέθη περίττωμα. ἐπειδὴ οὖν τὸ μὲν ἐσθίειν καὶ πίνειν ἀναγκαῖα τοῖς ζώοις ὑπάρχει, ἀκολουθεῖ δὲ τούτοις ἡ τῶν περιττωμάτων γένεσις, ὄργανά τε πρὸς τὴν ἀπόκρισιν αὐτῶν ἡ φύσις παρεσκεύασεν, καὶ [43] δυνάμεις αὐτοῖς ἐνέθηκε, δι' ὧν κινούμενα τὰ μὲν ἕλκει, τὰ δὲ ἐκπαραπέμπει, τὰ δὲ ἐκκρίνει τὰ περιττώματα. καὶ χρὴ δήπου καὶ ταῦτα μήτ' ἐμφράττεσθαι κατά τι, μήτε ἀῤῥωστεῖν κατὰ τὰς ἐνεργείας, ὑπὲρ τοῦ καθαρὸν ἀεὶ καὶ ἀπέριττον φυλάττεσθαι

totum liceret, optimum id faluberrimumque plane effet. Verum quum id, quod a fingulis partibus defluit, tale natura eft, qualis eft pars ipfa, nihil autem eorum, quae eduntur bibunturve, ejusmodi prorfus eft, neceffarium naturae fuit prius ea mutare et concoquere, et quam fieri maxime potuit efficere fimilia corpori nutriendo. In quo opere fi quid nec confectum, nec prorfus affimilatum eft, id corpori non adnafcitur, et per ipfius laxiora intus fpatia tanquam fupervacaneum errat; unde nomen quoque recte a majoribus ipfi excrementum eft inditum. Quum igitur edere bibereque neceffaria animantibus fint, haec autem fubfequatur excrementorum generatio, natura non folum ipfis excernendis inftrumenta inftituit, verum etiam inftrumentis ipfis facultates inferuit, quibus incitata quaedam ad fe trahunt excrementa, quaedam aliis tranfmittunt, quaedam expellunt. Atque haec neque aliquatenus obftrui, neque ad functiones imbecilla effe oportet, quo corpus femper mundum atque excrementis

τὸ σῶμα. καί σοι δύο μὲν ἤδη σκοποὺς τούσδε κατὰ δίαιταν ὑγιεινὴν ὁ λόγος ὑφηγήσατο· τὸν μὲν ἕτερον ἀναπλήρωσιν τῶν κενουμένων, τὸν δ᾽ ἕτερον ἀπόκρισιν τῶν περιττωμάτων. ὁ γὰρ δὴ τρίτος ὁ περὶ τοῦ μὴ ταχύγηρον γίνεσθαι τὸ ζῶον ἐξ ἀνάγκης ἕπεται τοῖς εἰρημένοις. εἰ γὰρ μηδὲν ἁμαρτάνοιτο μήτε ἐν τῷ τὸ κενούμενον ἀναπληροῦσθαι μήτε ἐν τῷ τὰ περιττώματα μὴ μένειν ἔνδον, ὑγιαίνοι τ᾽ ἂν ἐν τῷδε τὸ ζῶον ἀκμάζοι τε μέχρι παμπόλλου. περὶ μὲν δὴ τοῦδε καὶ αὖθις εἰρήσεται, τοῦ λόγου προϊόντος.

Κεφ. δ'. Τὸ δ᾽ ὑπόλοιπον ὧν ἐξ ἀρχῆς διελέσθαι προὐθέμεθα προσκαταθῶμεν, ὑπὲρ τοῦ διωρίσθαι σαφῶς ἤδη τοὺς ὑγιεινοὺς σκοπούς, ὁποῖοί τέ εἰσι καὶ ὁπόσοι. ἔφαμεν γὰρ, ὡς, εἰ μὲν ἀπαθὲς ἦν ἡμῶν τὸ σῶμα, καθάπερ ἀδάμας ἤ τι τοιοῦτον, οὐδεμιᾶς ἂν ἐδεήθη τέχνης ἐπιστατούσης αὐτῷ· ἐπεὶ δὲ διττὰς ἔχει τῆς φθορᾶς αἰτίας, τὰς μὲν ἔνδοθέν τε καὶ ἐξ αὐτοῦ, τὰς δὲ ἐκ τῶν ἔξωθεν προσπιπτόντων, ἀναγκαῖον αὐτὸ δεῖσθαι προνοίας οὐ μικρᾶς.

vacuum servetur. Atque tibi geminum jam scopum salubris victus sermo *noster* exposuit; alterum vacuatorum repletionem, alterum excrementorum excretionem. Tertius namque, qui huc spectat, ne animal praepropere senescat, duos iam dictos necessario comitatur. Si enim in neutro sit erratum, nec in eo, quod exhaustum est, replendo, nec in excrementis immorandis, et sanitate interim animal fruetur, et vigoris tenorem quam longissime servabit. Verum de hoc postea procedente sermone dicetur.

Cap. IV. Nunc quod reliquum est eorum, quae ab initio differere proposuimus, adjiciam, quo sanitatis tuendae scopos, quot qualesque sint, clarius distinguam. Diximus enim, si corpus nostrum impatibile esset, sicut adamas, aut quid ejusmodi, minime artem requirere, quae ei tuendo praesideret; sed quoniam duplices corruptionis causas, alteras internas et a se, alteras extrinsecus incidentes, habet, necesse est curam providentiamque non

Ed. Chart. VI. [45.] Ed. Bas. IV. (221.)

ἐξ ἑαυτοῦ μὲν οὖν ἐδείχθη κατὰ διττὸν τὸν πρῶτον τρόπον διαφθειρόμενον, ἢ διὰ γήρως ἐπὶ θάνατον προϊὸν, ἢ διὰ τοῦ ῥεῖν ἀεὶ τὴν οὐσίαν αὐτοῦ, καθ᾿ ἕτερον δὲ, τὸν ἑπόμενον οἷς ἐσθίει τε καὶ πίνει, τῶν ἐκ τῆς τῶν περιττωμάτων γενέσεως. ἐξ αὐτοῦ μὲν οὖν ὧδέ πως φθείρεται· τῶν δὲ ἔξωθεν αὐτῷ προσπιπτόντων ἓν μὲν ἀχώριστόν τέ ἐστι καὶ διαπαντὸς ὑπάρχον αὐτῷ, καὶ ὡς ἂν εἴποι τις σύμφυτον, ὁ περιέχων ἀὴρ, τὰ δ᾿ οὔτ᾿ ἀναγκαῖα, καὶ κατὰ χρόνους τινὰς ἀτάκτως ὁμιλοῦντα· ὁ μὲν περιέχων ἀὴρ ἢ τῷ θερμαίνειν ἀμέτρως, ἢ τῷ ψύχειν, ἢ τῷ ξηραίνειν, ἢ τῷ ὑγραίνειν βλάπτων, τὰ δὲ τῷ θλᾷν, ἢ διασπᾷν, ἢ τιτρώσκειν, ἢ ἔξαρθρόν τι ποιεῖν. ἔστι μὲν οὖν τις ἐνταῦθα λογικὴ ζήτησις εἰς ἑκάτερον ἐπιχειρεῖσθαι δυναμένη, τινῶν μὲν τῆς περὶ τὸ σῶμα τέχνης ἁπάντων τὴν φυλακὴν εἶναι λεγόντων, τινῶν δὲ τῶν θερμαινόντων τε καὶ ψυχόντων, ὑγραινόντων καὶ ξηραινόντων μόνον· εἰ γάρ τι θλῶν, ἢ τιτρῶσκον, ἤ τι τοιοῦθ᾿ ἕτερον ἐργαζόμενον ἐξίστησι τοῦ

parvam desiderare. Et ex se quidem duplici primo modo consumi corpus indicavimus; uno, quod vel aetatis cursu, vel assiduo substantiae fluore ad interitum tendat; altero, qui utique esum potionemque consequitur, ipso excrementorum proventu. Atque ex se quidem ita corrumpitur: eorum vero, quae extrinsecus incidunt, unum certo est, quod separari ab eo non potest, quodque illi perpetuo, et (ut ita dicam) veluti connatum adhaeret, aër ipse ambiens. Alia nec necessario, et incertis temporibus nobis accedunt. Ille nempe qui circumfunditur aër nos laedit, vel quod calidos immodice, vel quod frigidos, vel quod siccos, vel humidos efficiat, haec, quod contundant, quod divellant, quod vulnerent, vel quod articulum aliquem loco moveant. Oritur hoc loco logica quaedam disputatio, quae in utramque partem rationes habet, aliis horum omnium curam ad eam quae corpus tuetur artem pertinere affirmantibus, aliis eorum tantum, quae calefaciant, refrigerent, humectent, aut siccent: non enim, si quid contusione, vulnere, aut simili quopiam

κατὰ φύσιν ἡμᾶς, οὐδεμιᾶς εἶναι τέχνης οὔτε γινώσκειν οὔτε φυλάττειν τὰ τοιαῦτα. ἐμοὶ δὲ περὶ μὲν τοιούτων προβλημάτων οὐ πρόκειται νῦν διαιρεῖν· ὅπερ δ᾽ ὁμολογούμενόν ἐστι παρ᾽ ἀμφοῖν ἐξ ἑτοίμου λαβὼν ἐπὶ τὸ προκείμενον ἐπάνειμι. τὸ μὲν γὰρ ἅπαντα τοῖς ἀνθρώποις γινώσκεσθαι τὰ τῷ τιτρώσκειν, ἢ θλᾶν, ἤ τι τοιοῦτον ἕτερον ἐργάζεσθαι βλάπτοντά τε καὶ διαφθείροντα τὴν ὑγείαν, οὐχ ἅπασι δὲ, ὅσα τῷ θερμαίνειν, ἢ ψύχειν, ἢ ξηραίνειν, ἢ ὑγραίνειν, ὁμολόγηται παρ᾽ ἀμφοῖν. οὐκοῦν οὐδ᾽ ἡμεῖς αὐτοῖς παρὰ μέλος τι πράττειν δόξομεν, εἰ τὰ γινωσκόμενα ἅπασιν ὑπερβάντες ἐπὶ τὰ μὴ γινωσκόμενα τὸν λόγον ἄγοιμεν. οὐ γάρ μοι πρόκειται τό γε (222) νῦν εἶναι σοφιστικὰ ζητήματα διελθεῖν, ἀλλ᾽, ὡς ἄν τις ἥκιστα νοσήσειεν, ὑφηγεῖσθαι. πάλιν οὖν ἐπὶ τὴν οἰκείαν ἀρχὴν ἐπαναγάγωμεν τὸν λόγον, ἀναμνήσαντες ἀκριβέστερον ἔτι τῶν ὑποθέσεων αὐτῶν. [44] τό τε γὰρ εἶναι τὴν ὑγείαν οὐχ ἁπλῶς εὐκρασίαν ἢ συμμετρίαν τῶν στοιχείων, ἐξ ὧν

affectu a naturali habitu fit emotum, id aut noffe, aut declinaffe, ullius effe artis munus. Ego vero de problematis id genus agendum mihi non ftatui, fed, quod utraque pars ultro concedit, eo accepto, ad propofitum revertar. Illud ergo confeffum utrique arbitror, quae vulnere, vel contufione, vel fimili aliqua ratione laedunt aut corrumpunt fanitatem, omnibus hominibus effe nota; quae calefaciendo, vel refrigerando, vel humectando, vel ficcando, non omnibus. Ergo ne nos quidem quicquam ab officio alienum feciffe videbimur, fi, quae omnibus nota funt, praetermiffis, ad ea, quae parum nota funt, orationem convertamus: non enim mihi propofitum eft hoc faltem opere fophifticos cavillos diluere, fed potius, quo pacto quis in morbum non incidat, docere. Rurfus igitur ad proprium initium fermonem revocemus, ac diligentius adhuc, quae pro hypothefi funt habenda, commemoremus. Primum ergo, quod a nobis alibi demonftratum eft, fit ad praefentia hypothefis, fanitatem non effe

ἐγενόμεθα, καθάπερ οἱ πρὸ ἡμῶν ὀλίγου δεῖν ἅπαντες ἐνόμιζον, ἀλλὰ μόνην τὴν τῶν ὁμοιομερῶν σωμάτων, ἀποδεδειγμένον ἡμῖν ἐν ἑτέροις, ὑπόθεσις ἔστω πρὸς τὰ παρόντα· τό τε τῶν ὀργανικῶν σωμάτων τὴν ὑγίειαν ἐν διαπλάσει καὶ ἀριθμῷ καὶ πηλικότητι καὶ συνθέσει τῶν ὁμοιομερῶν συνίστασθαι, καὶ τοῦθ᾽ ὡσαύτως ὑποκείσθω προδεδειγμένον ἑτέρωθι. καὶ μὴν καὶ ὅτι ταῖς κατὰ φύσιν ἐνεργείαις ἡ ὑγιεινὴ κατασκευὴ κρίνεται, καὶ ὅτι τῆς ὑγιείας ἡ μὲν ἀρίστη τίς ἐστι, καὶ ὡς ἂν οὕτως τις εἴποι τελεία τε καὶ ἄκρα, ἡ δ᾽ οἷον ἐλλιπής τε καὶ οὐκ ἀκριβὴς οὐδὲ τελεία, ἥπερ δὴ καὶ πλάτος ἔχειν πάμπολύ φαμεν, ὑποκείσθω καὶ ταῦθ᾽ ἡμῖν ἐν τῷδε, δι᾽ ἑτέρων τε ἤδη προαποδεδειγμένα καὶ νῦν οὐχ ἥκιστα δειχθησόμενα. μάλιστα δ᾽ ἀνεγνωκέναι βούλομαι τὸν ὁμιλήσοντα τοῖσδε τοῖς γράμμασι τὸ βιβλίον, ἐν ᾧ σκέπτομαι, τίνος ἐστὶ τέχνης μέρος τὸ ὑγιεινὸν, (ἐπιγράφεται δὲ Θρασύβουλος,) ἔτι δὲ καὶ τὸ

abfolute elementorum, ex quibus conftamus, probam temperiem aut commoderationem, quemadmodum omnibus fere, qui ante nos fcripferunt, vifum eft, fed eam duntaxat, quae fimilarium eft partium. Secundo loco illud quoque, quod alibi non minus demonftravimus, praefumptum pro hypothefi efto, nempe inftrumentalium fanitatem in conformatione, numero, magnitudine ac compofitione fimilarium confiftere. Tertio functionibus fecundum naturam obeundis fanitatis habitum difcerni; poftremo fanitatem quandam optimam effe, et (ut fic dicam) confummatam atque fummam, quandam ceu deficientem ab hac, nec plane abfolutam perfectamve, atque hanc etiam latitudinem habere non parvam; haec quoque pro hypothefi hoc loco fint, quae alibi nobis certiffimis rationibus iam firmata, nunc quoque nihilo fecius funt demonftranda. Maxime vero velim, qui his ftudere voluerit, eum librum legat, in quo illud inveftigamus, cujus artis pars fit ea, quae fanitatis tuendae curam profitetur; is liber infcriptus Thrafybulus eft; praeterea eum, quem de

περὶ τῆς ἀρίστης κατασκευῆς τοῦ σώματος ἡμῶν, ἔτι δὲ τὸ περὶ τῆς εὐεξίας. ἔστιν ἄμφω μικρὰ βιβλίδια, ἃ εἰ προαναγνούς τις ἐπὶ τόνδε τὸν λόγον ἀφίκοιτο, ῥᾷστα ἂν ἀκολουθήσειε τοῖς νῦν λεγομένοις. ὅτι δὲ καὶ τὸ περὶ τῶν καθ' Ἱπποκράτη στοιχείων ἀναγκαῖόν ἐστιν εἰς τὰ παρόντα, πρότερον εἴρηται· καὶ γὰρ δὴ καὶ ἕπεται ἐκείνῳ τὸ περὶ τῆς ἀρίστης κατασκευῆς καὶ τὸ περὶ τῆς εὐεξίας.

Κεφ. ε'. Ἐπὶ τούτοις ὑποκειμένοις ἐνθένδε ποθὲν ἀρκτέον ἂν εἴη τῆς ὑγιεινῆς πραγματείας. ἐπειδὴ συμμετρία τίς ἐστιν ἡ ὑγεία, συμμετρία δὲ πᾶσα κατὰ διττὸν τρόπον ἀποτελεῖταί τε καὶ λέγεται, ποτὲ μὲν εἰς ἄκρον ἥκουσα καὶ ὄντως οὖσα συμμετρία, ποτὲ δὲ ἀπολειπομένη βραχύ τι τῆς ἀκριβείας, εἴη ἂν καὶ ὑγιεινὴ συμμετρία διττή τις· ἡ μὲν γὰρ ἀκριβής τε καὶ ἀρίστη καὶ τελεία καὶ ἄκρα, ἡ δὲ ἀπολειπομένη μὲν ταύτης, οὐ μὴν ἤδη γε τοσούτῳ, ὡς λυπεῖσθαι τὸ ζῶον. ἔτι δὲ κἀνταῦθα λογική τις μᾶλλον

optimo corporis noftri ftatu fcripfimus; item quem de bono corporis habitu. Sunt hi breves ambo libelli; quos fi perlegerit, qui ad haec accedet, facillime confequetur, quae mox dicentur. Dictum jam antea nobis eft, etiam eum librum, qui de elementis fecundum Hippocratem fcriptus eft, neceffarium ad praefentem difputationem effe, quod opus fequuntur tum id, quod de optima corporis conftitutione, tum id, quod de bono habitu confcripfimus.

Cap. V. Ab his hypothefibus, veluti fundamentis operis jactis, hinc alicunde fanitatis tuendae tractatio incipienda erit. Quum fanitas commoderatio quaedam fit, commoderatio vero omnis duplici ratione non folum perficiatur, fed etiam dicatur, alias quae ad fummum pervenit, et vere prorfusque commoderatio eft, alias quae ab hujus abfolutione perfectioneque paulum deficit: utique et fanitatis commoderatio duplex quaedam fuerit; haec quidem exacta, optima, abfoluta et fumma, illa paulo ab hac deficiens, non tamen eatenus, ut animali fit gravis. Exiftit et hoc loco logica potius quam ex ufu

Ed. Chart. VI. [44.] Ed. Baf. IV. (222.)

ἢ κατὰ τὴν χρείαν τῆς τέχνης ζήτησις, οὐ συγχωρούντων ἐνίων, ἕτερον ἑτέρου μᾶλλον ὑγιαίνειν, οὐδ' εἶναι πλάτος ἱκανὸν ἐν τῇ διαθέσει τοῦ σώματος, ἣν ὑγίειαν ὀνομάζομεν, ἀλλ' ἕν τι καὶ ἀπηκριβωμένον οὖσαν αὐτὴν ἄτμητον εἰς τὸ μᾶλλόν τε καὶ ἧττον ὑπάρχειν. ἐμοὶ δὲ ὥσπερ τὸ λευκὸν σῶμα τὸ μὲν ἧττον λευκὸν εἶναι φαίνεται, τὸ δὲ μᾶλλον, οὕτως καὶ τὸ ὑγιαῖνον ἧττόν τε καὶ μᾶλλον εἶναι δοκεῖ τοιοῦτον. διττὴ δὲ ἀπόδειξις τοῦ λόγου· μία μὲν ἐκ τῆς κατὰ τὰς ἡλικίας μεταπτώσεως· ἀφ' οὗ γὰρ ἀπεκυήθη τὸ ζῶον, ἀεὶ μεταβάλλειν ἀναγκαῖον αὐτοῦ κρᾶσιν, ὡς ἔμπροσθεν ἐδείκνυμεν· ὥστ', εἴπερ ἐν μὲν τῷ ποιῷ τῆς κράσεως ἡ ὑγεία, τὸ ποιὸν δ' οὐ μένει ταὐτὸ, οὐδὲ τὴν ὑγίειαν ἐγχωρεῖ τὴν αὐτὴν φυλάττεσθαι· δευτέρα δ' ἀπόδειξις ἐκ τῆς κατὰ τὰς ἐνεργείας διαφορᾶς. οὔτε γὰρ τοῖς ὀφθαλμοῖς ὡσαύτως ἅπαντες οἱ ὑγιαίνοντες ὁρῶσιν, ἀλλ' οἱ μὲν μᾶλλον, οἱ δ' ἧττον, οὔτε τοῖς ὠσὶν ὁμοίως ἀκούουσιν, ἀλλὰ κἀνταῦθα πάμπολυ τὸ μᾶλλόν

artis dubitatio quaedam, negantibus quibufdam, alium alio magis effe fanum, aut effe ejus affectus corporis, quam fanitatem dicimus, notabilem ullam latitudinem, fed unicam effe eam affirmantibus, et quae ad unguem fit exacta, nec majoris minorisque ratione dividua. Mihi vero ficuti album corpus aliud magis, aliud minus album cernitur, ita et quod fanum dicimus, magis minusque tale effe videtur. Cujus rei duplex demonftratio eft; una, quae ex mutatione accipitur, quae per aetatum vices cernitur; poftea namque, quam editum animal in lucem eft, perpetuo mutari ejus temperamentum (ut ante propofuimus) eft neceffe. Quare, fi in temperamenti qualitate fanitas confiftuitur, qualitas autem ipfa non permanet eadem, nec ipfam fanitatem eandem fervari eft poffibile. Altera non minus evidens demonftratio ab ipfa fumitur actionis differentia. Siquidem nec qui fani funt omnes oculis aeque cernunt, fed alii perfpicacius, alii obtufius; nec auribus pari modo audiunt, imo hic quoque

τε καὶ ἧττον· [45] οὐ μὴν οὐδὲ τοῖς σκέλεσιν ὡσαύτως θέουσιν, οὐδὲ ἀντιλαμβάνονται ταῖς χερσὶν, οὐδὲ τοῖς ἄλλοις ἅπασιν ὀργάνοις ὡσαύτως ἐνεργοῦσιν, ἀλλ᾽ ὁ μέν τις βέλτιον, ὁ δὲ χεῖρον. εἴπερ οὖν αἱ διαφοραὶ τῶν ἐνεργειῶν ταῖς τῶν κράσεων διαφοραῖς ἀκολουθοῦσιν, ἀνάγκη τοσαύτας εἶναι τὰς τῶν κράσεων διαφορὰς, ὅσαι πέρ εἰσι καὶ αἱ τῶν ἐνεργειῶν. εἰ δὲ μὴ κράσεων ἐθέλει τις λέγειν, ἀλλὰ κατασκευῶν, ἵν᾽ ἐπὶ πάσαις ταῖς αἱρέσεσιν ὁ λόγος ἐκτείνοιτο, συμπεραίνοιτ᾽ ἂν ὡσαύτως. συμμετρία γάρ δή τις ἡ ὑγίεια κατὰ πάσας ἐστὶ τὰς αἱρέσεις, ἀλλὰ καθ᾽ ἡμᾶς μὲν ὑγροῦ καὶ ξηροῦ, καὶ θερμοῦ καὶ ψυχροῦ, κατ᾽ ἄλλους δὲ ὄγκων καὶ πόρων, κατ᾽ ἄλλους δὲ ἀτόμων, ἢ ἀνάρμων, ἢ ἀμερῶν, ἢ ὁμοιομερῶν, ἢ ὅτου δὴ τῶν πρώτων στοιχείων, ἀλλὰ κατὰ πάντας γε διὰ τὴν συμμετρίαν αὐτῶν ἐνεργοῦμεν τοῖς μορίοις. εἴπερ οὖν διαφόρως ἐνεργοῦμεν, διάφορός ἐστι καὶ ἡ καθ᾽ ἕκαστον συμμετρία τῶν στοιχείων, ὅπερ ἦν ἡ ὑγίεια. καὶ μὴν καὶ χωρὶς τοῦ στοιχείου μνημονεύειν

magna eſt in exceſſu defectuque diverſitas. Sed nec pedibus ſimiliter currunt, nec manibus apprehendunt, nec reliquorum denique inſtrumentorum munia ſimiliter obeunt, ſed hic melius, ille deterius. Si itaque actionum diverſitas temperamenti modo reſpondet, cogit plane ratio, ut totidem ſint temperamentorum diverſitates, quot ſunt functionum differentiae. Quod ſi quis conſtitutionum potius quam temperamentorum dicendum putat, quo utique in omnem ſectam ratio quadret, ita nimirum colligat licet. Sanitas omni ſectae commoderatio quaedam eſt nobis, humidi, ſicci, calidi et frigidi; aliis corpuſculorum et meatuum; aliis inſectilium, vel incompactilium, vel minimorum, ſimilariumve, vel denique primorum elementorum cujuscunque. Sed ſecundum cujusque ſectae opinionem pro ipſorum commoderatione partibus operantur. Si itaque varia eduntur opera, utique varia eſt et elementorum in ſingulis commoderatio, quam eſſe ſanitatem ſupra propoſuimus. Quin et citra omnem elementi mentionem hoc

ᾧδ᾽ ἂν ὁ λόγος ἐρωτηθείη. εἴπερ ταῖς κατασκευαῖς τῶν μορίων ἀκολουθοῦσιν αἱ ἐνέργειαι, ὅσαιπερ ἂν ὦσιν ἐν ταῖς ἐνεργείαις αἱ διαφοραὶ, τοσαῦται καὶ αἱ κατασκευαὶ ἔσονται· ἀλλὰ μὴν ἀκολουθοῦσιν ταῖς κατασκευαῖς αἱ ἐνέργειαι· ἀναγκαῖον ἄρα τοσαύτας εἶναι τῶν κατασκευῶν διαφορὰς, ὅσαιπερ καὶ αἱ τῶν ἐνεργειῶν. εἰσὶ δὲ τῶν ἐνεργειῶν πάμπολλαί τινες· ἄρα καὶ τῶν κατασκευῶν εἰσιν. εἴπερ οὖν ἐν ἅπασι τοῖς ὑγιαίνουσιν αἱ κατασκευαὶ τῶν μορίων ὑπάρχουσι σύμμετροι, διάφοροι δέ εἰσιν αἱ κατασκευαὶ, διότι αἱ ἐνέργειαι διάφοροι, πάμπολλαί τινες συμμετρίαι τῶν κατασκευῶν ἔσονται, ὥστε καὶ ὑγίειαι πάμπολλαι. καὶ μὴν εἰ διαφέρουσιν ἀλλήλων αἱ κατὰ μέρος ὑγίειαι, ἤτοι κατὰ τὸ κοινὸν ἁπάσαις εἶδος, ἀφ᾽ οὗπερ ὑγίειαι λέγονται, διοίσουσιν, ἢ κατὰ τὸ μᾶλλόν τε καὶ ἧττον ἀλλήλων διαφέρουσιν· ἀλλὰ μὴν οὐ κατὰ τὸ κοινὸν εἶδος· ἀδιάφοροι γάρ εἰσιν αἱ ὑγίειαι· κατὰ τὸ μᾶλλον ἄρα καὶ ἧττον ἀλλήλων διαφέρουσιν. ὥσπερ γὰρ ἡ ἐν τῇ χιόνι λευκότης τῆς ἐν

pacto fermo quaefitus eft. Si membrorum conftitutioni functiones fuae refpondent, quotquot harum varietates dabuntur, totidem nimirum et conftitutiones erunt; atqui refpondent conftitutionibus opera; erunt ergo neceffario tot conftitutionum difcrimina, quot funt functionum differentiae. Sunt vero hae numerofae; quare erunt et conftitutiones aeque multae. Si ergo omnium, qui fani funt, membrorum conftitutio in commoderatione confiftit, conftitutiones autem ipfae variae funt, quandoquidem functiones funt variae; utique multae variaeque ipfarum conftitutionum commoderationes erunt; quare etiam fanitates multae variaeque. Atqui fi inter fe differunt particulares fanitates, vel fecundum communem in omnibus formam different, a qua fane fanitates dicuntur, vel fecundum magis et minus inter fe differunt; at non fecundum communem formam, indifferentes enim funt ipfae fanitates; fecundum ergo magis et minus inter fe differunt. Sicuti enim nivis candor ab eo, qui in lacte vifitur,

τῷ γάλακτι λευκότητος, ᾗ μὲν λευκόν ἐστιν, οὐ διαφέρει, τῷ μᾶλλον δὲ καὶ ἧττον διαφέρει, κατὰ τὸν αὐτὸν τρόπον ἡ ἐν τῷ Ἀχιλλεῖ, φέρε εἰπεῖν, ὑγίεια τῆς ἐν τῷ Θερσίτῃ ὑγιείας, καθ᾿ ὅσον μὲν ὑγίεια, ταὐτό ἐστιν, ἑτέρῳ δέ τινι διαφέρει· καὶ τοῦτο τὸ ἕτερον οὐδὲν ἄλλο ἐστὶν ἢ τὸ μᾶλλόν τε καὶ ἧττον. οὔτε γὰρ, ὡς οὐ διαφερόντως ἐνεργοῦμεν ἅπαντες, ἔνεστιν εἰπεῖν, οὔθ᾿, ὡς δι᾿ ἄλλό τι τὴν ἀνισότητα ταύτην ἔχομεν, ἢ διὰ τὴν κατασκευὴν, ἐφ᾿ ἧς ἐνεργοῦμεν. Εἴ τις δὲ φήσει, μόνους μὲν τοὺς ἅπασι τοῖς μορίοις ἄκρως ἐνεργοῦντας ὑγιαίνειν, ἡμᾶς δὲ τοὺς ἄλλους, ὅσοι χεῖρον ἐκείνων ἔχομεν, οὐχ ὑγιαίνειν, ἴστω συμπάσης οὗτος τῆς ὑγιεινῆς πραγματείας ἀνατρέπων τὴν ὑπόθεσιν. εἰ γὰρ δὴ τὸ φυλάττειν ἣν παρελάβομεν ὑγίειαν ὁ σκοπὸς αὐτῆς ἐστιν, οὐδεὶς δὲ ἡμῶν ὑγιαίνει, πρόδηλον ὡς ἐπ᾿ οὐδενὸς ἐνεργοῦσαν ἕξομεν, ἣν νῦν συστῆσαι βουλόμεθα τέχνην ὑγιεινήν· οὐκοῦν οὐδὲ ζητητέον αὐτὴν, ἀλλὰ σιωπητέον καὶ

quatenus candor eft, non diffidet, fed majoris minorisque ratione diffidet, ita et Achillis v. g. fanitas ab ea, quae in Therfite eft, non differt; quatenus enim fanitas, eadem eft; at altero quopiam ab ea differt, id vero alterum aliud plane nihil eft, quam majoris minorisque ratio. Neque enim eft, quod quifquam dicat, non edi ab omnibus hominibus varias actiones, neque aliunde diffimilitudinem hanc nafci, quam ex ipfa conftitutione, unde actio proficifcitur. Quod fi quis eos duntaxat fanos effe contendat, quorum fingula membra functiones fuas obeunt abfolutiffime, nos vero caeteros, qui minus probe fumus affecti, non effe fanos, fciat is, fe univerfae tractationis, quae de fanitate tuenda inftituitur, fundamentum fubvertere. Si enim huic propofitum eft fervare tuerique eam quam ab initio accepit fanitatem, nemo autem noftrum fanus eft, luce clarius fit, inutilem irritamque fore, quam nunc de fanitate tuenda artem inftituimus. Itaque nec quaerenda nobis talis ulla eft, fed plane filentio praetereunda, fermoque jamjam finiendus.

πιστέον ἤδη τὸν λόγον. ἁπάσας οὖν ἐκκόπτει τὰς τοιαύτας ἀπορίας ἡ τῆς ἀληθείας γνῶσις· οὐ γὰρ ἡ τελεία μόνον ἥ τίς ἐστιν ἄτμητος ὑγίεια λέγεταί τε καί ἐστιν, ἀλλὰ καὶ ἡ τῆσδε μὲν ἀποδέουσα, μηδέπω δὲ τῆς χρείας ἐκπεπτωκυῖα. χρήζομεν γὰρ ἅπαντες ἄνθρωποι τῆς ὑγιείας εἴς τε τὰς κατὰ τὸν βίον ἐνεργείας, ἃς ἐμποδίζουσί τε ἢ διακόπτουσι καὶ καταπαύουσιν αἱ νόσοι, καὶ προσέτι τῆς ἀνοχλησίας ἕνεκεν· ὀχλούμεθα γὰρ ἐν ταῖς ὀδύναις οὐ σμικρά. τὴν δὲ τοιαύτην κατάστασιν, [46] ἐν ᾗ μήτε ὀδυνώμεθα, μήτε ἐν ταῖς κατὰ τὸν βίον ἐνεργείαις ἐμποδιζόμεθα, καλοῦμεν ὑγίειαν, ἣν εἴ τις ἑτέρῳ προσαγορεύειν ὀνόματι βούλεται, πλέον οὐδὲν ἐκ τούτων σχήσει, καθάπερ οὐδ᾽ οἱ τὴν ἀειπάθειαν εἰσάγοντες. εἰ μὲν γὰρ διὰ τοῦτ᾽ εἰσῆγον αὐτὴν, ὅτι πᾶν σῶμα γεννητὸν, ὥσπερ τὰς τῆς γενέσεως αἰτίας, οὕτω καὶ τὰς (223) τῆς φθορᾶς ἔχει συμφύτους ἐξ ἀρχῆς, ὡς ἡμεῖς ἔμπροσθεν ἐπεδείξαμεν, ἐπῃνοῦμεν ἂν αὐτοὺς, ὡς ἀληθῆ τε ἅμα καὶ παλαιὰ πρεσβεύοντας δόγματα. ἐπειδὴ δὲ ὁμοειδῆ τὴν τῶν ὑγιαινόντων σωμάτων κατάστασιν εἶναι

Omnes ergo ejusmodi difficultates fubmovet ipfius veritatis cognitio; non enim abfoluta ipfa tantum eft, quae indivifibilis fimul eft et dicitur fanitas, verum etiam, quae ab hac deficit, modo tamen ufibus noftris adhuc non fit inepta. Quippe fanitate omnes indigemus tum ad vitae functiones, quas plane morbi impediunt aut interrumpunt atque auferunt, tum vero ut moleftia careamus. Vexamur enim in doloribus non leviter; eam vero corporis conftitutionem, in qua nec doloribus cruciamur, nec in vitae actionibus impedimur, fanitatem appellamus: quam fi quis alio nomine appellare malit, nihilo plus ex ea re confequetur, ficut nec qui perpetuam paffionem invehunt. Quippe fi hanc propterea invehérent, quod omne genitum corpus, ficuti generationis, fic etiam interitus caufas ab initio fecum natas habet, ficuti a nobis ante demonftratum eft, utique laudati a nobis effent, tanquam et vera fimul et antiqua dogmata profeffi: nunc quum juxta fanorum aegrotantiumque corporum

βούλονται ταῖς τῶν νοσούντων, οὐκέτ᾽ ἐπαινοῦμεν, οὐδὲ ἀποδεχόμεθα τὸ δόγμα· βέλτιον γὰρ ἦν μακρῷ, πλάτος ὑποθέσθαι συνέχον τὴν ὑγίειαν, ἤπερ ἅπαντας ἡμᾶς ὑπ᾽ ἀπαύστων νοσημάτων συνέχεσθαι. καὶ γὰρ τὰ σπέρματα πασῶν τῶν νόσων ἐνυπάρχειν ἡμῖν φασιν. ἀλλά τοι συγχωροῦσί γε καὶ αὐτοὶ, διὰ τὴν σμικρότητα τὴν αἴσθησιν ἡμῶν ἐκφεύγειν αὐτά. ἔστω τοίνυν, εἰ βούλονται, ὀδυνηρά τις ἐν ἡμῖν διάθεσις, ἀλλ᾽ οὕτω σμικρὰ καὶ ἀναίσθητος, ὡς μὴ λυπεῖν τοὺς ἔχοντας. ἔστωσαν, εἰ βούλονται, καὶ πυρετοὶ, ἀλλ᾽ οὕτω σμικροὶ, ὡς μήτ᾽ αἴσθησιν ἡμῖν ἀπ᾽ αὐτῶν γίνεσθαι μηδεμίαν, ἐξεῖναί τε καὶ πολιτεύεσθαι, καὶ λούεσθαι, καὶ πίνειν ἐσθίειν τε καὶ τἄλλα πράττειν, ὧν δεόμεθα. τὸ γὰρ τῆς χρείας ἀπαρεμπόδιστον ὁρίζει μᾶλλον τὴν ὑγίειαν. οὐδὲ γὰρ ἡ τῶν ἐνεργειῶν ἀσθένεια νόσου γνώρισμά ἐστιν, ἁπλῶς οὕτως εἰποῦσιν, ἀλλ᾽ ἡ παρὰ τὴν ἑκάστου φύσιν. ὡς ἅπαντές γε κακῶς ὁρῶμεν, εἰ τοῖς ἀετοῖς τε καὶ Λυγκεῖ παραβαλλοίμεθα, καὶ ἀκούομεν οὐκ ὀρ-

conſtitutiones eaſdem eſſe ſpecie decernunt, nec auctores laudo nec placitum probo, quum longe melius exiſtimem ſatis amplam latitudinem ſanitati tribuere, quam nos omnes homines perpetuo urgentibus morbis premi. Qui etſi eſſe in nobis omnium morborum ſemina dicant, tamen fatentur ipſi, ea tam eſſe parva, ut ſenſum noſtrum omnino effugiant. Eſto igitur, ſi velint, doloris quiſpiam in nobis affectus, verum tam exiguus inſenſibilisque, ut minime officiat ei, quem corripuit hominem. Sunto, ſi libet, et febres, ſed adeo leves, ut neque ſenſum ſui ullum afferant, liceatque per eas et negotiis publicis privatisque perſungi, et balneo uti, eſſeque et bibere, ac reliqua, quae opus ſunt, peragere. Quippe facultas ad neceſſarios uſus minime impedita ſanitatem potius determinat. Non enim functionum imbecillitas morbi ſtatim nota eſt, abſolute ita loquenti, niſi adjectum ſit, quae praeter naturam cujusque ſit. Siquidem omnes, arbitror, et cernimus male, ſi cum aquilis et lynce comparemur,

θῶς, εἰ Μελάμποδι, καὶ δὴ καὶ τοῖς ποσὶν ἀῤῥωστοῦμεν, εἴ τις ἡμᾶς Ἰφίκλῳ παραβάλλοι, καὶ ταῖς χερσὶν, εἰ Μίλωνι, καὶ καθ᾿ ἕκαστον δὲ μόριον ἐγγὺς ἂν ἥκειν νομισθείημεν πηρώσεως, εἰ τοῖς πρωτεύουσι κατὰ τοῦτο παραβαλλοίμεθα. τίς γ᾿ οὖν ἡμῶν φαύλως ἔχειν οἴεται τὸν ὀφθαλμὸν, εἰ μὴ βλέπει τοὺς ἀπὸ δυοῖν σταδίων μύρμηκας; ἢ τίς τῶν ὤτων, εἰ μὴ κατακούει τῶν ἀφ᾿ ἑξήκοντα σταδίων; ἀλλ᾿ εἰ ταῦτα τὰ γράμματα, τὰ κατὰ τουτὶ τὸ βιβλίον ἐγγεγραμμένα, μὴ βλέποι τις ὀρθῶς, οὕτως ἂν ἤδη μέμψαιτο τὰς ὄψεις· οὐ μὴν οὐδ᾿ εἰ ταῦτα, τέσσαρας πήχεις ἀποστήσας, μὴ βλέποι, δικαίως ἂν μέμφοιτο, πλὴν εἰ τῶν οὕτως ὀξυωπεστάτων εἴη τὴν φύσιν, ὡς καὶ ταῦτα βλέπειν. οὕτως γὰρ, οἶμαι, καὶ μέμψεται, καὶ φήσει δικαίως, ὅπερ ἅπαντες ἄνθρωποι λέγουσιν, ὡς τόδε τι κατὰ τὸν ἔμπροσθεν χρόνον ἐνεργῶν εἶτα νῦν οὐκ ἐνεργεῖ. τὸν μὲν γὰρ τοιοῦτον ἐν νόσῳ τινὶ φήσομεν ὑπάρχειν, εἴπερ μηδὲ διὰ γῆρας τοῦτο πάσχει· καίτοι καὶ τοῦτο νόσον εἶναι λέγουσιν ἔνιοι. τοὺς δ᾿ ἄλλους ἅπαντας, οἷς φύσει μήτ᾿ ὀξὺ βλέπειν ἢ

et confufe oblaefeque audimus, fi cum Melampode, et pedibus parum valemus, fi cum Iphiclo, et manibus, fi cum Milone conferamur. Quovis denique membro prope mutili videamur, fi cum iis, qui hoc ipfo maxime valent, comparemur. Quis igitur noftrum fe non probe oculatum exiftimet, fi formicas duum ftadiorum intervallo non cernat? Aut quis auritum fe parum recte putet, fi, quod fexaginta ftadiis abeft, non exaudiat? At fi quis literas hac pagella defcriptas recte non cernat, is jam oculos merito accufet; non tamen, fi quatuor has ipfas cubitis diftitas non videat, nifi forte ea prius oculorum acie fuit, qua vel has cerneret. Sic enim, arbitror, accufet, dicatque merito, quod omnibus hominibus dici affolet, nempe hoc prius feciffe, nunc idem facere non poffe: hunc enim morbo aliquo teneri dicemus, fiquidem fenectutis vitio imbecillitas ea non incidit, quamvis funt, qui fenectutem quoque ipfam morbum effe velint. Caeteros, quibus natura non dedit, ut acute videant aut audiant,

ἀκούειν ὑπάρχει, μήτε θέειν ὠκέως, ἤ τι τοιοῦτον ἕτερον ἐνεργεῖν ἰσχυρῶς, οὔτε νοσεῖν, οὔθ᾽ ὅλως παρὰ φύσιν ἔχειν ὑποληψόμεθα. πᾶσαι μὲν γὰρ αἱ νόσοι παρὰ φύσιν, οὐκ ἔχουσι δ᾽ οἱ τοιοῦτοι παρὰ φύσιν, ὥσπερ οὐδ᾽ οἱ γέροντες. οὔκουν ἁπλῶς γε τῶν ἐνεργειῶν εὐῤῥωστίᾳ τε καὶ ἀῤῥωστίᾳ κριτέον ἐστὶ τοὺς ὑγιαίνοντάς τε καὶ νοσοῦντας, ἀλλὰ τὸ κατὰ φύσιν μὲν τοῖς ὑγιαίνουσι, τὸ παρὰ φύσιν δὲ τοῖς νοσοῦσι προσθετέον, ὡς εἶναι τὴν μὲν ὑγίειαν διάθεσιν κατὰ φύσιν ποιητικὴν ἐνεργείας, τὴν δὲ νόσον διάθεσιν παρὰ φύσιν ἐνεργείας βλαπτικήν. οὔτε γὰρ, εἰ κατὰ φύσιν ἡ διάθεσις, ἤδη καὶ ὑγίεια· διάθεσις γάρ τίς ἐστι κατὰ φύσιν ἥ τε τῶν Αἰγυπτίων μελανότης, ἥ τε τῶν Κελτῶν λευκότης, ἥ τε τῶν Σκυθῶν πυῤῥότης· ἀλλ᾽ οὐδὲν τῶν τοιούτων ὑγίεια, διότι μηδ᾽ ἐν χρώμασιν ὅλως ἡ ὑγίεια· [47] οὔτ᾽ εἰ παρὰ φύσιν, ἤδη καὶ νόσος· ὡς εἴη γ᾽ ἂν οὕτω καὶ νόσος ἥ τ᾽ ἐξ ἡλίου μελανότης, ἥ τ᾽ ἐκ μακρᾶς σκιατροφίας λευκότης. ἀλλὰ προσθεῖναι χρὴ τῇ μὲν τῆς

aut celeriter currant, aut alia id genus valide ſtrenueque obeant, neque morbo teneri, neque in totum praeter naturam ſe habere cenſebimus. Omnis ſiquidem morbus praeter naturam eſt, hi ſe praeter naturam plane non habent, ſicuti nec ſenes. Non igitur abſolute ſanos aegrosque functionum firmitate infirmitateque judicandum, ſed ſanis verba illa, ſecundum naturam, aegris illa, praeter naturam, adjici oportebit: ut ſit nimirum ſanitas aſſectus ſecundum naturam actionem perficiens, contra morbus aſſectio praeter naturam actionem laedens. Neque enim, ſi aſſectus ſecundum naturam ſe habeat, continuo etiam ſanitas exiſtit. Eſt enim aſſectus ſecundum naturam tum Aegyptiorum nigritia, tum Celtarum candor, tum Scytharum rufus color, quorum tamen nullam eſt ſanitas, quum ea omnino in colore non conſiſtat. Neque, ſi praeter naturam ſe habeat, protinus morbus eſt; quando ita vel ex ſolo nigritia, vel diutina umbratili conſuetudine contractus candor morbus ſit.

ὑγείας ἐννοίᾳ τὸ λόγον αἰτίας ἔχειν αὐτὴν πρὸς τὴν ἐνέργειαν, τῇ δὲ τῆς νόσου τὸ καὶ ταύτην τὴν ἐνέργειαν βλάπτειν. ἀλλὰ περὶ μὲν τούτων ἐν ἑτέροις εἴρηται διὰ πλειόνων. εἰς δὲ τὰ παρόντα τοσοῦτον ἀποχρήσει μόνον ἐξ αὐτῶν εἰλῆφθαι, τὸ πλάτος ἱκανὸν εἶναι τῆς ὑγείας, καὶ μὴ πᾶσιν ἡμῖν ὑπάρχειν ἴσον ἀκριβῶς. εἰ δέ τῳ δοκεῖ βίαιον εἶναι καὶ τὴν μὴ παντάπασιν ἀπηκριβωμένην εὐκρασίαν ὅμως ἔτι καὶ αὐτὴν ὀνομάζεσθαι, οὗτος ἀναμνησθήτω τῶν κατὰ τὸν βίον ἁπάντων ὀνομάτων. εὔκρατον οὖν τι καὶ πόμα φαμὲν εἶναι, καὶ βαλανεῖον, οὐ μόνον ὅτι τὸ μὲν ἄλλῳ, τὸ δὲ ἄλλῳ τοιοῦτόν ἐστιν, ἀλλὰ καὶ ὅτι πρὸς τὸν αὐτὸν ἄνθρωπον ἐν πλάτει τοιοῦτον ὑπάρχει. ἀποστραφέντος οὖν τοῦ πίνοντος, ἐμβαλὼν εἰς τὸ ποτήριον ἢ θερμὸν ἢ ψυχρὸν βραχὺ λάθοις ἂν εὔκρατον ποιήσας. καίτοι γ', εἴπερ ἦν οὕτως ἀπηκριβωμένον τὸ εὔκρατον, ὡς ἓν εἶναι καὶ ἄτμητον, οὐκ ἂν ἐπιβαλόντος θερμὸν ἢ ψυχρὸν ἔτι εὔκρατον ἐφαίνετο. κατὰ δὲ τὸν αὐτὸν τρόπον, οὐδ'

Sed adjeciffe oportet fanitatis notioni, quod caufae rationem ad opus edendum obtineat, morbi vero notioni, quod actionem laedat. Verum de his alibi dictum a nobis locupletius eft. Ad praefentem difputationem illud folum fumpfiffe fufficiat, permagnam fanitatis latitudinem effe, nec eam omnibus nobis aequaliter prorfus ineffe. Quod fi cui violentum appareat probae temperiei nomine cenferi, quod medio ad unguem temperamento non fit, is, quaefo, reliquorum in vita nominum ufum ad memoriam revocet, ubi et potum, et balneum probe temperatum dicimus, non folum quum alterum huic, alterum illi tale eft, fed etiam quum ad eundem hominem in latitudine tale eft. Nam fi, averfo paululum, qui biberit, injecerit quis in calicem calidae frigidaeve exiguum, nullam mediocris temperamenti mutationem deprehendet. Atqui fi, quod temperatum eft, ita exigis ad unguem, ut omnino indivifibile fit, haudquaquam injecto vel calidae vel gelidae minimo temperatum adhuc effe videbitur. Ad eundem modum neque fi quis

εἰ βραχύ τις εἰς τὴν εὔκρατον κολυμβήθραν ἐμβάλοι ψυχρὸν, διαφθερεῖ παραχρῆμα τὴν εὐκρασίαν αὐτῆς. οὕτω δὲ τὸ περιέχον εὔκρατον εἶναί φαμεν, εἰ καὶ βραχείας ἐφ᾽ ἑκάτερα τροπὰς λαμβάνει. καὶ τί θαυμαστὸν, εἰ τὴν εὐκρασίαν εἰς ἱκανὸν ἐκτείνουσι πλάτος ἅπαντες, ὅπου γε καὶ ἐν αὐταῖς ταῖς λύραις εὐαρμοστίαν τὴν μὲν ἀκριβεστάτην δήπου μίαν καὶ ἄτμητον ὑπάρχειν εἰκὸς, ἡ μέντοι γ᾽ εἰς χρείαν ἰοῦσα πλάτος ἔχει; πολλάκις γ᾽ οὖν ἡρμόσθαι δοκοῦσαν ἄριστα λύραν ἕτερος μουσικὸς ἀκριβέστερον ἐφηρμόσατο. πανταχοῦ γὰρ ἡ αἴσθησις ἡμῖν ἐστι κριτήριον ὡς πρὸς τὰς ἐν τῷ βίῳ χρείας. ὥστε καὶ τὴν εὐκρασίαν καὶ τὴν δυσκρασίαν αἰσθήσει κρινοῦμεν. ὡσαύτως δὲ καὶ τὴν τῆς ἐνεργείας βλάβην ἑκάστου τῶν βεβλαμμένων παρὰ τὸ κατὰ φύσιν, ὅταν εἰς αἰσθητὸν ἥκῃ μέγεθος, ἤδη νόσον ἡμῖν εἶναι νομιστέον, οὐδὲν ὡς πρὸς τὰ παρόντα διαφέροντος οὐδ᾽ ἐνταῦθα, πότερον αὐτὰς τὰς βεβλαμμένας ἐνεργείας τὸ νόσημα εἶναι λέγει τις, ἢ τὰς διαθέσεις, ἐφ᾽ ὧν

in natationem temperatam frigidae pufillum injecerit, probam ejus temperiem protinus corruperit. Quin ambientem quoque nos aërem temperatum dicimus, et amfi in alterutram partem paululum fit propenfus. Deinde quid miri, fi probam temperiem in fatis amplam latitudinem extendunt univerfi, quando et in lyris confonantiam ipfam, quae fumma exactiffimaque fit, unicam atque indivifibilem effe probabile fit, quae in ufus hominum veniat, certe latitudinem habeat? Saepe namque, quam percommode temperaffe videaris lyram, alter fuperveniens muficus exactius temperavit. Siquidem nobis ad omnia vitae munera fenfus ubique judex eft; quare ipfo etiam probam temperiem et intemperiem judicabimus. Pari modo actionis laefionem cujusque praeter naturam fuam male habentis membri non ante morbum decernemus, quam ad fenfibilem magnitudinem pervenerit. Nec quicquam ut ad rem propofitam ne hic quidem referat, ipfamne laefam actionem, an affectum, cujus

βλάπτονται, ὥσπερ οὐδ' εἰ διαθέσεις τις ἢ κατασκευὰς ὀνομάζειν ἐθέλει. διήρηται γὰρ ἡμῖν ἑτέρωθι καὶ περὶ τῶνδε, καὶ δέδεικται κατὰ τὰς διαθέσεις τε καὶ κατασκευὰς τοῦ σώματος ἥ θ' ὑγεία καὶ νόσος, οὐ κατὰ τὰς ἐνεργείας τε καὶ τὰς βλάβας αὐτῶν συνιστάμεναι. ἀλλὰ πρός γε τὸ φυλάττειν ὑγείαν ἢ ἰᾶσθαι τὰς νόσους οὐδὲν ἐκ τῆς τούτων ἀκριβείας ὀνινάμεθα. μόνον γὰρ ἀρκεῖ διαγινώσκειν, ὡς ἡ μὲν κατασκευὴ τοῦ σώματος, αἰτίας ἔχουσα λόγον ὡς πρὸς τὴν ἐνέργειαν, ὁ σκοπὸς τῆς ὑγιεινῆς τε καὶ θεραπευτικῆς τέχνης ἐστί· ταύτην γὰρ ἡμῖν φυλάττειν μὲν ὑπάρχουσαν πρόκειται, δημιουργεῖν δὲ ἀπολλυμένην· αἱ δὲ ἐνέργειαι κατ' ἀνάγκην ἕπονται, ταῖς μὲν χρησταῖς κατασκευαῖς ἄμεμπτοι, ταῖς δ' οὐ τοιαύταις μοχθηραί. ὥστ', ἐπειδήπερ ὃ φυλάττομεν καὶ δημιουργοῦμεν αὐτοὶ, διάθεσίς τίς ἐστι καὶ κατασκευὴ τοῦ σώματος, ἕπεται δ' ἐξ ἀνάγκης αὐτῇ ἡ τῶν ἐνεργειῶν τελειότης, οὐδὲν ἔτι χρὴ πρὸς τὰ παρόντα, πότερον ἐν τῷ τῶν ἐνεργειῶν ἢ τῷ τῶν

vitio laeditur, morbum dixeris, ſicuti nec, ſive affectus, ſive conſtitutiones appellaſſe malit. Dictum a nobis alibi et de his eſt, et ſimul evidentibus rationibus confirmatum, tum morbum, tum ſanitatem in corporis affectu conſtitutioneque conſiſtere, minime in actione actionisve laeſione. Caeterum ex horum moroſa propenſione diſcuſſioneque parum vel ad valetudinem tuendam, vel ad morbum ſummovendum juvamur, quum illud modo noviſſe ſatis ſit, corporis conſtitutionem, quae cauſae rationem reſpectu actionis obtinet, utriusque facultatis ſcopum eſſe, et ejus, quae ſanitatem tuendam, et ejus, quae morbum profligandum profitetur, quippe quum hanc et praeſentem ſervare, et amiſſam reſtituere propoſitum nobis ſit; actiones vero conſtitutionem corporis neceſſario ſequuntur, eam, quae proba eſt, inculpatae probaeque, quae contra eſt, culpabiles ac vitioſae. Quare, quoniam id, quod ope noſtra ſervatur reſtituiturque, affectus quidam corporis conſtitutioque eſt, eam vero ex neceſſitate functionum ſequitur integritas, ad praeſentem certe diſputationem parum attinet, functio-

κατασκευῶν γένει θετέα ἐστὶν ὑγίειάν τε καὶ νόσον, ἐπισκοπεῖσθαι. λαβόντες δ' ἐξ ὑποθέσεως, [48] δέον εἶναι φυλάττειν τῆς κατὰ φύσιν τοῦ σώματος ἡμῶν κατασκευῆς ἐκεῖνα, δι' ὧν ἐνεργοῦμεν, ἀναμνήσαντές τε πάλιν, ὡς ἡ τῶν ὁμοιομερῶν εὐκρασία τε καὶ τῶν ὀργανικῶν διάπλασις καὶ θέσις ἀριθμός τε καὶ πηλικότης τὰ τῶν ἐνεργειῶν ἐστιν αἴτια, καὶ ὡς ἐν πλάτει ταῦτα πάντα ἐστὶ, καὶ ὡς καθ' ἕκαστον ἄνθρωπον ἴδια, τῶν ἐφεξῆς ἐχώμεθα. μεγάλην δ' εἰς αὐτὰ χρείαν ἡ γνῶσις τοῦ πλάτους αὐτῶν παρέχεται. τῆς γὰρ εὐκρασίας διττῆς οὔσης, τῆς μὲν ὡς πρὸς ἐπίνοιαν μᾶλ(224)λον ἢ μόνιμον ὕπαρξιν, ὥς γ' ἐν ζώου σώματι, τῆς δὲ ὑπαρχούσης τε καὶ φαινομένης ἐν ἅπασιν τοῖς ὑγιαίνουσιν, αὐτὴν πάλιν ἡμᾶς χρὴ τέμνειν τὴν φαινομένην· εὑρεθήσεται γὰρ οὐ μικρὰ τῶν ἐν αὐτῇ διαφορά. μάθοις δ' ἄν, ὡς ἔστιν ἀληθὲς τὸ λεγόμενον, ἐκ τῶν ἡλικιῶν μάλιστα. τῆς γὰρ τῶν μειρακίων ἡλικίας ἀρίστης οὔσης ὡς πρὸς τὰς καθ' ὁρμὴν ἐνεργείας, ἡ τῶν βρεφῶν δι' ὑγρότητα

numne an conftitutionum in genere morbus fanitasque collocanda fit, inquiras; id potius attinet, ut illud pro hypothefi fumentes, quod in naturali corporis noftri conftitutione illa fervanda maxime funt, quorum beneficio functiones obeamus, ac illud memoria repetentes, quod fimilarium quidem partium proba temperies, inftrumentalium pofitus, numerus et magnitudo functionum funt caufae, propterea quod haec omnia in latitudine quadam fpectantur, etiam in fingulis hominibus feorfum, quae reliqua funt, perfequamur. Ad quae fane non parvam commoditatem affert latitudo horum perfpecta. Nam quum proba temperies duplex omnino fit, altera, quae in animantium faltem corpore cogitatione potius ufurpetur, quam folide fubfiftat, altera, quae in fanis omnibus fubfiftit atque apparet, hanc rurfus confpicuam a nobis dividi par eft, quippe in qua non parva diverfitas invenietur. Id quam fit verum, vel ex ipfis aetatibus maxime deprehendas. Quum enim ad omnem voluntate fufceptam actionem adolefcentium aetas fit aptif-

χείρων ἐστὶν, ἡ δὲ τῶν γερόντων διὰ ξηρότητά τε καὶ ψύξιν. ἐν μέντοι ταῖς ἄλλαις ἐνεργείαις ταῖς φυσικαῖς ὀνομαζομέναις, οἷον αὐξήσεσί τε καὶ πέψεσι, καὶ ἀναδόσεσι καὶ θρέψεσι, τὰ βρέφη τῶν κατὰ τὰς ἄλλας ἡλικίας ἁπάσας ἀμείνω. ἀλλ᾽ ὅμως οὐδὲν κωλύονται πάντες οἱ κατὰ πάσας τὰς ἡλικίας ὑγιαίνειν. ὡς οὖν ἐπὶ τῶν ἡλικιῶν ἔχει, κατὰ τὸν αὐτὸν τρόπον εὑρήσεις καὶ ἐπὶ τῶν φύσεων αὐτῶν ἀμήχανον οὖσαν τὴν διαφορὰν ἐν ταῖς κράσεσιν· ὥστε, εἰ οὕτως ἔτυχε, δυοῖν παίδοιν τὴν αὐτὴν ἡλικίαν ἀγόντων, τὸν μὲν ὑγρότερον εἶναι θατέρου πολλῷ, τὸν δὲ ξηρότερον, ὡσαύτως δὲ τὸν μὲν θερμότερον, τὸν δὲ ψυχρότερον. ἐν ὅσοις δὴ τοῖς σώμασιν ὑπάρχει τὸ πολλῷ τοῦ προσήκοντος ἤτοι θερμοτέροις, ἢ ψυχροτέροις, ἢ ὑγροτέροις, ἢ ξηροτέροις εἶναι, ἐν τούτοις οὐκ ἔστιν ἄμεμπτος ἡ κρᾶσις· ἐν ὅσοις δὲ ὑπάρχει τις διαφορὰ τοῦ κάλλιστα κεκραμένου, οὐ μὴν αἰσθητὴ διὰ σμικρότητα, τοῦθ᾽ ὡς πρὸς τὴν χρείαν ἐν ἴσῃ χώρᾳ τιθέμεθα τοῖς ἀρίστοις· ὥστ᾽ εἶναι τῆς κατὰ πλάτος ὑγείας τὴν μὲν εὔκρατόν τε καὶ ἄμεμπτον ὡς πρὸς

fima, infantium propter humiditatem, fenum propter ficcitatem et frigiditatem deterior. In aliis tamen functionibus, quas naturales appellamus, veluti accretione, concoctione, diftributione et nutritione, infantes plane caeteris aetatibus longe praeftant. Neque tamen eo fecius omnibus per omnes aetates licet efſe fanis. Ergo quemadmodum in aetatibus fe habet, ita etiam in naturis immenfum efſe temperamentorum difcrimen invenies, ut duorum e. g. fimilis aetatis puerorum hunc altero longe humidiorem, illum ficciorem, pari modo hunc calidiorem, illum frigidiorem. Quibufcunque igitur corporibus multo fupra juftum calidis, frigidis, humidis, aut ficcis efſe contingit, iis plane optima temperies non eft. In quibus autem ab eo, quod abfolutiffime temperatum eft, diverfitas quaedam intelligitur, minor tamen, quam quae fenfu difcerni poffit, haec certe, quoad ad ufum pertinet, pro abfolutiffimis accipimus; ita ut fanitatis, quam in latitudine contemplamur, haec quidem medii fit

αἴσθησιν, τὴν δ᾽ οἷον δύσκρατόν τε καὶ μεμπτήν. ἐναργέστατα δὲ τοῦ λεγομένου γνωρίσματα παρέχουσιν αἱ κατ᾽ ἰσχνότητα καὶ πολυσαρκίαν διαφοραὶ τῶν σωμάτων· ἀναγκαῖον γάρ που τὰς ἐναντίας ἕξεις ἐναντίαις ἕπεσθαι κράσεσιν. ὥσπερ οὖν οὐκ ἐπαινοῦμεν οὔτε τὸ ἄγαν ἰσχνὸν, οὔτε τὸ πάνυ παχὺ σῶμα, κατὰ τὸν αὐτὸν τρόπον οὔτε τὰς κράσεις αὐτῶν ἐπαινέσομεν, εἰ καὶ ὅτι μάλιστα βλέποιμεν ἀμφοτέρους ὑγιαίνοντας. αἱ δ᾽ ἐν τῷ μέσῳ τούτων ἕξεις τῶν εὐσάρκων ὀνομαζομένων, ὥσπερ αὗται σύμμετροί τε καὶ ἄμεμπτοι τὴν ἰδέαν εἰσὶ, ἕπονται συμμέτροις τε καὶ ἀμέμπτοις κράσεσι. τὰς τοίνυν τοιαύτας φύσεις ὡς μὲν πρὸς τὴν ἀκριβεστάτην ἀλήθειαν οὐδ᾽ αὐτὰς εὐκράτους ἄν τις εἴποι, κατά γε τὴν ἁπλῆν καὶ τελείαν εὐκρασίαν, ὡς μέντοι πρὸς τὴν αἴσθησίν τε καὶ πρὸς τὴν χρείαν ἀμέμπτους τε καὶ ἀρίστους χρὴ τίθεσθαι. τεκμήριον δὲ ἐναργέστατον, ὅτι μηδ᾽ αὐτὰ τὴν ἀκριβεστάτην ἔχουσιν εὐκρα-

temperamenti, nec ulli vitio obnoxia, quod faltem fenfu percipiatur, haec ceu intemperata vitioque expofita. Hujus fententiae evidentiffima praebent indicia corporum fecundum gracilitatem et corpulentiam differentiae: quippe quorum contrarias habitudines ex contrariis temperamentis ortas effe neceffe eft. Sicuti igitur nec nimium gracile corpus probamus, nec quod valde eft obefum, ita nec temperamenta eorum plane laudabimus, tametfi utrumque quam maxime fanum effe confpicimus. Sed quae in medio horum habitudines funt, eorum qui bene habiti nominantur, ficuti ipfae debitam partium commoderationem fpeciemque inculpatam habent, ita fequuntur mediocria et nulli vitio obnoxia temperamenta. Tales ergo corporum habitus, fi veritatem ipfam ad unguem exigas, abfoluta faltem exactaque temperie ne ipfos quidem temperatos dixeris, verum, quod fenfu judicetur, atque ad ufum fit fatis, non inculpabiles folum, fed etiam optimos cenfueris. Sane indicium evidentiffimum eft, ne ipfos quidem exactiffimum tempera-

σίαν, ἐκ τοῦ μηδέποτε μένειν αὐτὰς ὡσαύτως ἐχούσας, ἀλλὰ πρῶτον μὲν δέχεσθαι τὴν καθ' ἡλικίαν μεταβολὴν, οὐδέποτε ἐν ταὐτῷ μενούσης οὐδεμιᾶς ἡλικίας, ἀλλ' ἀεὶ πρὸς τὸ ξηρότερον ἰούσης, δευτέραν δὲ τὴν καθ' ὕπνον τε καὶ ἐγρήγορσιν, ἡσυχίαν τε καὶ κίνησιν, αὐτῶν τε τῶν κινήσεων τὰς διαφορὰς, ἔτι τε πρὸς ταύταις τὴν τοῦ πεινῆν, ἢ διψῆν, ἢ ἐσθίειν, ἢ πίνειν, ἢ ἐμπεπλῆσθαι σιτίων, ἢ πόματος προσδεῖσθαι· καὶ πρὸς τούτοις ἔτι καὶ λουτρὰ, καὶ θυμοὶ, καὶ φροντίδες, καὶ λῦπαι, καὶ πάνθ' ὅσα τοιαῦτα [49] μονονουχὶ καθ' ἑκάστην ῥοπὴν ὑπαλλάττοντα τὴν κρᾶσιν. οὔκουν χρὴ ζητεῖν ἐν τοσαύτῃ μεταβολῇ τὴν ἀκριβῶς ἀρίστην κρᾶσιν. εἰ γὰρ καὶ συνέπεσέ ποτε καθ' ἡντιναοῦν ἀρίστην φύσιν, ἀλλ' οὐκ ἔμεινέ γε οὐδ' ἀκαρῆ. ὥστε γ' ἐμοὶ καὶ θαυμάζειν ἐπέρχεται τὴν δόξαν τῶν ἀνδρῶν, ὅσοι τὴν ὑγίειάν τε καὶ εὐκρασίαν ἀπλατῆ τε καὶ μίαν εἶναι νομίζουσιν, εἰ δέ τι παρὰ ταύτην ἐστὶν, οὐδ' ὑγείαν εἶναί φασιν, τήν τε ἀειπάθειαν ἐσφέροντες οὐκ αἰσθάνονται

mentum confecutos, ex eo, quod nunquam eodem flatu permaneant, fed primum aetatum ipfarum mutationem recipiant, nulla harum eundem perpetuo tenorem fervante, fed femper ad ficcius tendente; deinde eam, quae fomni ac vigiliarum, quietis et motus, tum motus ipfius differentiarum, ad haec bibendi, fitiendi, edendi, efuriendi, ciborum potusque copiae aut inopiae; praeterea balnei, iracundiae, curarum, moleftiarum, omniumque talium occafione provenit, quae tantum non omni momento temperamentum immutant. Non igitur in tanta mutatione quaerere optimum undecunque temperamentum oportet; quippe quod, fi cui unquam optima natura praedito contigit, certe ne momento quidem duravit. Adeo mihi fane admirari fubit eorum opinionem, qui fanitatem probamque temperiem citra omnem latitudinem unicamque effe, et fi quid ab hac paulo difceffit, utique fanitatem non effe contendunt. Qua nimirum fententia perpetuam paffionem obiter imprudentes invehunt, dif-

περὶ πράγματος ἢ μηδέποτε γεγονότος ἐν ζώου σώματι ποιούμενοι τὸν λόγον, ἢ μηδ᾽ ἐλάχιστον ὑπομένοντος, εἰ καί ποτε γένοιτο.

Κεφ. ς΄. Τούτοις μὲν οὖν, ἣν ὀνειρώττουσιν ὑγίειαν, ἀπολείπωμεν φυλάττειν, ἡμεῖς δ᾽ ἐπὶ τὰς φαινομένας ἀφικώμεθα, καὶ διττὴν αὐτῶν θέμενοι τὴν οὐσίαν, ἣν δὴ νῦν πέπαυμαι λέγων, ἴδιον ἑκατέρας σκοπὸν ἀποδῶμεν, ἐπὶ μὲν τῆς ἀμέμπτου τὴν ἀκριβῆ φυλακὴν ὡς πρὸς αἴσθησιν, ἐπὶ δὲ τῆς μεμπτῆς τὴν οὐκ ἀκριβῆ. πειρᾶσθαι γὰρ χρὴ τὰς ὑγιεινὰς δυσκρασίας ἐπανορθοῦσθαι, τὰς μὲν ξηροτέρας τοῦ δέοντος φύσεις ὑγροτέρας ἐργαζομένους, ὅσαι δὲ ὑγρότεραι, ξηραίνοντας, οὕτω δὲ καὶ τῶν μὲν θερμοτέρων καθαιροῦντας τὴν ὑπερβολὴν, τῶν δὲ ψυχροτέρων καὶ τούτων κολάζοντας τὴν ἀμετρίαν. ὁποίοις δ᾽ ἄν τις ὑγιεινοῖς διαιτήμασιν ἐργάζοιτο ταῦτα, προϊὼν ὁ λόγος δείξει. πρότερον γάρ με χρὴ διελθεῖν, ὅπως ἄν τις τῆς ἀρίστης φύσεως διαφυλάττοι τὴν ὑγίειαν, ἔτι δὲ τούτου

putantque de re aut nunquam plane viſa in animalis corpore, aut, ſi quando viſa eſt, ne minimum quidem tempus durante.

Cap. VI. His ergo, quam ſomniant ſanitatem, ipſis ſervandam linquimus; nos interim ad eas, quae in aperto ſunt, revertimur. Quarum quum duplicem ſtatuamus eſſentiam, de qua modo verba fecimus, ſuum utrique ſcopum reddamus; nempe ei, quam inculpatam diximus, exactam abſolutamque plane, quod utique ſenſu adverti poſſit, cuſtodiam, alteri, de qua conquerare, non exactam. Quippe intemperies, quae intra ſanitatis ſunt terminos, corrigere oportebit ita, ut, quae juſto ſicciores naturae ſunt, humidiores reddas, quae humidiores ſunt, ſicciores; pari modo, quae frigidiores ſunt, ut harum exceſſum emendes, quae calidiores, earum exuperantiam ad moderatius revoces. Haec qua ſalubris victus ratione ſiant, procedente ſermone docebimus. Prius enim tradendum arbitror, quemadmodum optimae naturae conſer-

πρότερον, ἥτις ποτέ ἐστιν ἡ ἀρίστη κατασκευὴ τοῦ σώματος, ἀναμνήσωμεν. ἔστι δὲ δήπου κατὰ μὲν τὴν οὐσίαν αὐτὴν τοῦ πράγματος ἐξηγουμένοις ἡ εὐκρατοτάτη τε ἅμα καὶ τὴν διάπλασιν τῶν μορίων ἀκριβῶς ἁρμόττουσαν ταῖς ἐνεργείαις αὐτῶν ἔχουσα, καὶ πρὸς τούτοις ἔτι τὸν ἀριθμὸν ἅπαντα, καὶ τὰ μεγέθη, καὶ τὴν πρὸς ἄλληλα σύνταξιν ἁπάντων αὐτῶν χρηστὴν ταῖς ἐνεργείαις παρεχομένη. κατὰ δὲ τὰ γνωρίσματα τὸ ἀκριβῶς εὔσαρκον σῶμα τοιοῦτόν ἐστιν, ὃ μέσον ἔφην ὑπάρχειν ἰσχνοῦ τε καὶ πολυσάρκου· πολύσαρκον ἢ παχὺ λέγειν οὐ διοίσει. οὕτω δὲ καὶ τῶν ἄλλων ὑπερβολῶν ἀκριβῶς μέσον ἐστὶ τὸ τοιοῦτον, ὥστε μήτε λάσιον αὐτὸ δύνασθαι εἰπεῖν τινα, μήτε ψιλὸν τριχῶν, ἀλλὰ μήτε μαλακὸν, μήτε σκληρὸν, ἢ λευκὸν, ἢ μέλανα, ἢ εὐρύφλεβον, ἢ ἄφλεβον, ἢ θυμικὸν, ἢ ἄθυμον, ἢ ὑπνῶδες, ἢ ἀγρυπνητικὸν, ἢ ἀμβλὺ τὴν διάνοιαν, ἢ πανοῦργον, ἢ ἀφροδισιαστικὸν, ἢ τοὐναντίον. εἰ δὲ πᾶσιν ἢ τοῖς μέρεσιν ἀκριβῶς μέσον τῶν ὑπερβολῶν ἁπασῶν, ἔστι μὲν

vanda fit fanitas. Ante id vero, quaenam fit optima corporis conftitutio, exponemus. Eft igitur ea fecundum fubftantiam ipfam rei enarrantibus, et quae optimo temperamento fit, et quae conformationem partium egregie ad functiones comparatam habeat; ad haec, quae omnem tum numerum, tum magnitudinem, tum omnium earum inter fe contextum a dactiones idoneum exhibeat. Si vero indicia notasque refpicias, cujus corpus carnis exquifitam mediocritatem praefert, tale eft, quod inter gracile et corpulentum effe docuimus. Nec refert, fi pro corpulento craffum dixeris. Idem reliquorum quoque exceffuum in medio plane eft fitum ita, ut nec hirfutum id dixeris, nec glabrum; fed nec molle, nec durum; nec nigrum, nec candidum; adde etiam, nec venis amplis, nec obfcuris; nec iracundum, nec ignavum; nec fomnolentum, nec pervigilem; nec hebetem, nec calidum; nec in venerem pronum, nec a venere alienum. Quod fi omnibus quoque corporis partibus plane medium omnis

δήπου τὸ κάλλιστον ὀφθῆναι τὸ τοιοῦτον, ὡς ἂν σύμμετρον ὑπάρχον, εἰς ἅπαντάς τε τοὺς πόνους ἐπιτήδειον. ἕξει δὲ καὶ τὰ ἄλλα πάντα γνωρίσματα τῆς καθ' ἕκαστον μόριον εὐκρασίας, ἅπερ ἐν τῷ δευτέρῳ περὶ κράσεων εἴρηται γράμματι. πολλὰ γὰρ τῶν σωμάτων εὔκρατα μὲν, εἰ τύχοι, ταῖς κεφαλαῖς ἐστι, δύσκρατα δὲ θώραξι, ἢ τοῖς κατὰ γαστρός τε καὶ τὰ γεννητικὰ μόρια. τινῶν δὲ ἐν τοῖς κώλοις ἐστὶν ἡ δυσκρασία, καὶ πολλοῖς καθ' ἕν τι τῶν σπλάγχνων, ἤ τι μόριον ἕτερον ἓν, ἢ πλείω, καθάπερ οὖν καὶ περί τινα πλείω τῶν σπλάγχνων ἐνίοις ἐστὶν ἡ δυσκρασία. [50] πολλοῖς δὲ ἐφώρασα καὶ κατά τι τῶν ὀργανικῶν μορίων δύο κράσεις ὑπαρχούσας, ὥστε, εἰ τύχοι, τὸ μὲν ἄλλο κύτος τῆς γαστρὸς ἅπαν ἑτέρας εἶναι κράσεως, ἤτοι χρηστῆς ἢ μοχθηρᾶς, ἑτέρας δὲ μόνον αὐτῆς τὸ στόμα. περὶ μὲν δὴ τούτων ἐν ταῖς μοχθηραῖς τῶν σωμάτων κατασκευαῖς εἰρήσεται.

Κεφ. ζ'. Περὶ δὲ τῆς ἀρίστης ἤδη λέγωμεν, ἧς ἕκαστον μόριον ἄμεμπτον ἔχει τὴν σύμπασαν οὐσίαν. ὃ δὴ

excessus teneat, pulcherrimum id visu nimirum fuerit, utpote commoderatum. Erit non minus ad labores omnes plane idoneum, nec reliquis boni temperamenti cujusque membri notis, quas in secundo de temperamentis retulimus, destitutum. Nam multos videas, verbi gratia, quibus caput temperatum commode sit, thorax venterve et genitales partes sunt intemperatae. Quorundam vero in artubus intemperies est. Non desunt et quorum unum aliquod viscerum, aut alia quaepiam particula una, aut plures, praeterea vero plura aliqua viscera sint intemperata. Ego vero in unica instrumentalium partium duo temperamenta, idque in non paucis notavi, ita ut v. g. reliqua omnis ventriculi cavitas uno temperamento commodo incommodove esset, alio ipsum duntaxat ventriculi os. Caeterum de his, ubi de vitiosis corporum constitutionibus disceptabimus, agetur.

Cap. VII. De optima vero, cujus singulae partes universam substantiam inculpatam habent, nunc dicetur.

τοιοῦτος ἄνθρωπος, ὑπὸ τὴν ὑγιεινὴν ἀγόμενος τέχνην, εὐτυχὴς μὲν ἂν εἴη τις, εἰ μετὰ τὴν πρώτην ἀποκύησιν ἐπιστατοῖτο πρὸς αὐτῆς· οὕτω γὰρ ἄν τι καὶ εἰς τὴν ψυχικὴν ὀνίναιτο, τῆς χρηστῆς διαίτης ἤθη χρηστὰ παρασκευαζούσης· οὐ μὴν ἀλλὰ καὶ εἰ κατά τινα τῶν ἑξῆς ἡλικιῶν εἰς χρείαν τῆς τέχνης ἀφίκοιτο, καὶ οὕτως ὀνήσεται τὰ μέγιστα. εἰρήσεται δὲ πρῶτον μὲν, ὡς ἄν τις ἐξ ἀρχῆς παραλαβὼν ἄνθρωπον τοιοῦτον ὑγιαίνοντα διὰ παντὸς ἀποδείξειε τοῦ βίου, πλὴν εἰ μή τι τῶν ἔξωθεν αὐτῷ συμπίπτοι βίαιον, οὐδὲν γάρ τοῦτό γε πρὸς τὸν τῆς ὑγιεινῆς τέχνης ἐπιστήμονα· δεύτερον δὲ, ὅπως ἄν τις, εἰ καὶ μὴ νεογενὲς εἴη τὸ παιδίον, ἀλλ' ἤδη παιδεύεσθαι δυνάμενον, ἐπιστατήσειεν αὐτοῦ· καὶ οὕτως (225) καθ' ἑκάστην τῶν ἄλλων ἡλικιῶν. τὸ τοίνυν νεογενὲς παιδίον, τοῦτο δὴ τὸ ἄμεμπτον ἁπάσῃ τῇ παρασκευῇ, πρῶτον μὲν σπαργανούσθω, συμμέτροις ἁλσὶν περιπαττόμενον, ὅπως αὐτοῦ πυκνότερον καὶ στεῤῥότερον εἴη τὸ δέρμα τῶν ἔνδον μορίων.

Hujus ergo fortis homo, quum arti fanitatis tuendae traditur educandus, fortunatus utique fit, fi ftatim editus in lucem ei committatur. Ita namque ad animi quoque affectus nonnihil lucri faciet, ipfa nimirum recta victus ratione mores quoque probos reddente. Caeterum fi qua etiam fequentium aetatum ejus fe moderationi fummittat, fic quoque commoda fentiet non mediocria. Sane primum dicetur, quemadmodum, fi hujufcemodi hominem ab initio fufceperis, eundem per omnem vitae curfum fanum cuftodias, modo ne quid violentum extrinfecus illi incidat, id quod utique ad fanitatis tuendae artificem nihil attinet; fecundo, quemadmodum, fi non recens natum puellum acceperis, fed qui jam praeceptoribus dari fit habilis, ejus quoque curam agas; poftremo, quemadmodum reliquarum aetatum cujuslibet. Ergo recens is natus infantulus, cujus corporis conftitutio omni noxa vacat, primum quidem fafciis deligetur, fed corpori prius toti fale modice infperfo, quo cutis ejus denfior folidiorque iis, quae intus funt, partibus reddatur.

ἐν γὰρ τῷ κυΐσκεσθαι πάνθ' ὁμοίως ἦν μαλακὰ, μήτε ψαύσαντος αὐτοῦ τινος ἔξωθεν σκληροτέρου σώματος, μήτ' ἀέρος ψυχροῦ προσπεσόντος, ὑφ' ὧν συναγόμενόν τε καὶ πιλούμενον γένοιτ' ἂν αὐτοῦ τε καὶ τῶν ἄλλων μορίων σκληρότερόν τε καὶ πυκνότερον. ἐπειδὰν δ' ἀποκυηθῇ, ἐξ ἀνάγκης ὁμιλεῖν μέλλει καὶ κρύει καὶ θάλπει καὶ πολλοῖς σκληροτέροις ἑαυτοῦ σώμασι. προσήκει διὰ ταῦτα τὸ σύμφυτον αὐτῷ σκέπασμα παρασκευασθῆναί πως ὑφ' ἡμῶν ἄριστον εἰς δυσπάθειαν. ἱκανὴ δὲ ἡ διὰ μόνων τῶν ἁλῶν παρασκευὴ τοῖς γε κατὰ φύσιν ἔχουσι βρέφεσι. ὅσα γὰρ ἤτοι μυρσίνης φύλλων ξηρῶν περιπαττομένων, ἢ τινος ἑτέρου τοιούτου δεῖται, μοχθηρῶς δή που διάκειται. πρόκειται δ' ἡμῖν τό γε νῦν εἶναι περὶ τῶν ἄριστα κατεσκευασμένων τὸν λόγον ποιεῖσθαι. ταῦτ' οὖν, ὡς εἴρηται, σπαργανωθέντα γάλακτί τε χρήσθω τροφῇ, καὶ λουτροῖς ὑδάτων χρηστῶν, ὑγρᾶς γὰρ χρῄζει τῆς συμπάσης διαίτης, ἅτε καὶ τὴν κρᾶσιν ὑγροτέραν ἔχοντα τῶν ἐν ταῖς ἄλλαις ἡλικίαις. ἔοικε δὲ τοῦτο πρῶτον εὐθὺς ἥκειν σκέμμα

In utero enim aeque cum reliquis mollis erat, quum nec durius ullum externum corpus inibi contigerit, nec aër illi usquam frigidus inciderit, quorum commercio contracta densataque, et quam ipsamet prius, et quam reliqua membra, densior duriorque fieret. At quoniam iam editus infans in frigore, calore, atque inter corpora multo se duriora versetur, necesse est, ob haec ipsa nimirum naturale ejus tegmen praeparari quodammodo a nobis, reddique ad dyspathiam quam aptissimum par est. Ita vero, qui secundum naturam se habent infantes, vel solo sale praeparati munitique abunde fuerint, quando, qui siccorum myrti foliorum, aut aliorum id genus inspersione egent, ii plane male sunt affecti. Nobis vero ad praesens de iis, qui optima sunt constitutione, disserere propositum est. Ergo hi fasciis (ut dictum est) involuti lacte pro alimento utantur, et balneis salubrium aquarum. Universam namque victus rationem humidam sibi adhiberi postulant, ut qui caeteris aetatibus temperamento sint humidiore. Atque ex iis, quae ad sanorum

Ed. Chart. VI. [50. 51.] Ed. Bas. IV. (225.)

τῶν ἀναγκαίων εἰς δίαιταν ὑγιεινήν. εἰσὶ γὰρ οἳ νομίζουσιν, ἀεὶ δεῖσθαι ξηραίνεσθαι τὰς ὑγροτέρας φύσεις, ὥσπερ γε καὶ θερμαίνεσθαι μὲν τὰς ψυχροτέρας, ὑγραίνεσθαι δὲ τὰς ξηροτέρας, ψύχεσθαι δὲ τὰς θερμοτέρας· ὑπὸ γὰρ τῶν ὁμοίων ἑκάστην τῶν ἀμετριῶν αὐξάνεσθαι, κολάζεσθαι δὲ καὶ καθαιρεῖσθαι πρὸς τῶν ἐναντίων, ἑνὶ δὲ λόγῳ τὰ ἐναντία τῶν ἐναντίων ὑπάρχειν ἰάματα. ἐχρῆν δὲ αὐτοὺς μὴ τοῦτο μόνον Ἱπποκράτους ἀνεγνωκέναι τε καὶ μνημονεύειν, ὡς τὰ ἐναντία τῶν ἐναντίων ἐστὶν ἰάματα, ἀλλὰ κἀκεῖνα, δι᾽ ὧν φησιν· αἱ ὑγραὶ πᾶσαι δίαιται τοῖς πυρεταίνουσι ξυμφέρουσι, [51] μάλιστα δὲ παιδίοισι, καὶ τοῖσιν οὕτως εἰθισμένοισι διαιτᾶσθαι. φαίνεται γὰρ ἐνταῦθα παράλληλα θεὶς ἐφεξῆς τρία, νόσημά τε καὶ ἡλικίαν καὶ ἔθος. ἀπὸ μὲν οὖν τοῦ νοσήματος ἔνδειξιν λαμβάνει τῶν ἐναντίων, ἀπὸ δὲ τῆς ἡλικίας τε καὶ τοῦ ἔθους τῶν ὁμοίων. τῷ μὲν γὰρ πυρετῷ (νόσημα δέ ἐστι τοῦτο θερμὸν καὶ αὐχμῶδες) αἱ ὑγραὶ δίαιται χρησταί· τοῖς δὲ παιδίοις (οὐ γὰρ νόσημα τούτοις γε, ἀλλὰ κατὰ φύσιν ἡ

victus rationem ſunt neceſſaria, primum hoc ſe ad diſquiſitionem ſtatim offert. Nam ſunt, qui humidiores naturas ſiccandas ſemper putent; ſicuti e diverſo, quae frigidiores ſunt, calefieri debere; humectari, quae ſicciores; refrigerari, quae calidiores. Quippe ſimilibus quemlibet exceſſum augeſcere, contrariis remitti ac minui, unoque verbo, contraria contrariorum eſſe remedia. Oportuit vero non id modo Hippocratis legiſſe eos meminiſſeque, *quod contraria ſint contrariorum remedia,* ſed et illa quoque, in quibus ait, *humidam omnem victus rationem febricitantibus eſſe utilem, praecipue vero puellis, et iis, qui tali refici victu ſunt aſſueti.* Videtur enim in his tria deinceps pari inter ſe jure poſuiſſe, morbum, aetatem, conſuetudinem. Atque a morbo quidem contrarii adhibendi indicationem accipit; ab aetate et conſuetudine ſimilium. Febri namque, ceu morbo calido et ſicco, humida conveniunt. Puellis, ut quibus ea aetas non morbus, ſed ſecundum naturam ſit,

ἡλικίαν) τὸ ὁμοιότατον ὠφελιμώτατον. οὕτω δὲ καὶ τοῖς ἔθεσιν, ὡς ἂν καὶ αὐτοῖς ἐπικτήτους τινὰς ἐν τοῖς σώμασι φύσεις ἐργαζομένοις, ἡ τῶν ἐναντίων προσφορὰ βλαβερωτάτη. καὶ δεόντως τοῖς μὲν κατὰ φύσιν ἔχουσι σώμασι φυλάττεσθαι χρὴ τὴν οἰκείαν ἕξιν, τοῖς δὲ νοσοῦσιν ἀλλοιοῦσθαί τε καὶ πρὸς τοὐναντίον ἐπάγεσθαι. φυλάττεται μὲν οὖν ἕκαστον ὑπὸ τῶν ὁμοίων, ἀλλοιοῦται δὲ ὑπὸ τῶν ἐναντίων. οὔκουν ξηραίνειν χρὴ τοὺς παῖδας, ὅτι μὴ παρὰ φύσιν αὐτοῖς ἡ ὑγρότης, ὥσπερ ἐν βράγχοις τε καὶ κορύζαις καὶ κατάῤῥοις, ἀλλ᾽ ἐν τοῖς φύσει διαιτᾷν, ὑγραίνοντά τε λουτροῖς ποτίμων ὑδάτων, (ὅσα γὰρ ἐμφαίνει τινὰ φαρμακώδη ποιότητα, ξηραίνει πάντα, καθάπερ τὰ θειώδη, καὶ ἀσφαλτώδη, καὶ στυπτηριώδη,) καὶ τροφὴν καὶ ποτὰ παρέχοντα ὅτι μάλιστα κράσεως ὑγροτάτης. οὕτω καὶ ἡ φύσις αὐτὴ προὐνοήσατο τῶν παίδων, τροφὴν ὑγρὰν αὐτοῖς παρασκευάσασα τὸ γάλα τῆς μητρός. ἄριστον μὲν οὖν ἴσως καὶ

id maxime eſt utile, quod plane eſt ſimillimum. Pari modo conſuetudini, utpote quae adſcititiam acquiſititiamque naturam in corporibus gignit, contraria dediſſe in primis eſt noxium. Atque haec merito, quae enim corpora ſecundum naturam ſe habent, iis ſervari cuſtodirique ſuum habitum decet; quae morbo aliquo premuntur, iis contra alterari et ad contrarium habitum trahi expedit. Ac ſervatur quidem ſimilibus unumquodque, alteratur contrariis. Haudquaquam itaque ſiccandi pueri ſunt, ſi modo in his nulla praeter naturam humiditas ſubeſt, qualis in raucedine, gravedine catarrhoque conſpicitur; ſed pro naturae ratione alendi, ac dulcium aquarum balneis humectandi; (quae enim medicam facultatem aliquam prae ſe ferunt, omnes plane ſiccant, veluti quae ſulphuris aliquid, bituminis aluminisve repraeſentant;) tum cibo eo potioneque nutriendi, qui humidae quam maxime naturae ſint. Ad hunc modum et natura ipſa pueris conſuluit, et lac matris in humentis alimenti uſum praeparavit. Atque optimum quidem

τοῖς ἄλλοις ἅπασι βρέφεσι τὸ τῆς μητρός ἐστι γάλα, πλὴν εἰ μὴ τύχῃ νενοσηκὸς, οὐχ ἥκιστα δὲ καὶ τῷ τῆς ἀρίστης κράσεως, ὑπὲρ οὗ νῦν ὁ λόγος ἐστί. εἰκὸς γάρ που τῆς τούτου μητρὸς ἄμεμπτον εἶναι τό τε σύμπαν σῶμα καὶ τὸ γάλα. ἐξ αἵματος μὲν οὖν ἔτι κυουμένοις ἡμῖν ἡ τροφή· ἐξ αἵματος δὲ καὶ ἡ τοῦ γάλακτος γένεσις, ὀλιγίστην μεταβολὴν ἐν μαστοῖς προσλαβόντος. ὥσθ' ὅσα παιδία τῷ τῆς μητρὸς γάλακτι τρέφεται, συνηθεστάτῃ τε ἅμα καὶ οἰκειοτάτῃ χρῆται τροφῇ. φαίνεται δὲ οὐ μόνον παρασκευάσασα τὴν τοιαύτην τροφὴν ἡ φύσις τοῖς βρέφεσιν, ἀλλὰ καὶ δυνάμεις αὐτοῖς εὐθὺς ἐξ ἀρχῆς συμφύτους παρασχοῦσα ἕνεκα τῆς χρήσεως αὐτοῦ. καὶ γὰρ καὶ γεννηθεῖσι εἴ τις ἐνθείη παραχρῆμα τῷ στόματι τὴν θηλὴν τοῦ μαστοῦ, βδάλλει τε τὸ γάλα καὶ καταπίνει προθυμότατα· καὶ ἢν ἀνιώμενά τε καὶ κλαυθμυριζόμενα τύχῃ, τῆς λύπης αὐτοῖς οὐκ ἐλάχιστον ἴαμα ὁ τιτθὸς τῆς τρεφούσης ἐστὶν ἐντιθέμενος τῷ στόματι. τρία γὰρ οὖν ἤδη ταῦτα ταῖς τροφοῖς ἐξεύρηται τῶν παιδίων τῆς λύπης ἰάματα τῇ πείρᾳ δι-

eſt etiam reliquis fortaſſe omnibus infantibus ipſum lac matris, modo nullo morbo ſit corruptum; maxime vero ei, qui optimo eſt temperamento, de quo nunc ſermo inſtituitur, quippe cujus maternum non corpus modo totum, ſed etiam lac a vitio eſſe alienum non ſit abſimile. Ac ſanguine quidem, dum adhuc in utero geſtamur, ali nos conſtat; ex ſanguine vero lac gignitur, exiguam in mamillis mutationem adepto. Quare, qui matris lacte pueri aluntur, ii jam non ſolum conſueto, verum etiam maxime proprio utuntur alimento. Videtur autem non modo nutrimentum id natura infantibus praeparaſſe, verum etiam facultates quaſdam naturales, quibus eo utantur, ab initio protinus contuliſſe, quando, ſi modo natis papillam ſtatim in os inferas, et ſugunt lac ipſum, et deglutiunt promptiſſime. Quin, ſicubi forte offenduntur plorantve, non minimum iis doloris lenimen eſt nutricis papilla ori indita; quippe tria haec doloris infantium remedia nutricibus ipſo uſu edoctis inventa vide-

δαχθείσαις, ἓν μὲν τὸ νῦν δὴ λεγόμενον, ἕτερα δὲ δύο, κίνησίς τε μετρία καὶ φωνῆς ἐμμέλειά τις, οἷς χρώμεναι διαπαντὸς οὐ καταπραΰνουσι μόνον, ἀλλὰ καὶ εἰς ὕπνον αὐτὰ ὑπάγουσι, δηλούσης αὖ κἂν τῷδε τῆς φύσεως, ὅτι πρὸς μουσικὴν καὶ γυμναστικὴν οἰκείως διάκειται. καὶ ὅς τις οὖν ἱκανός ἐστι καλῶς χρῆσθαι ταῖς τέχναις ταύταις, οὗτος καὶ σῶμα καὶ ψυχὴν παιδεύσει κάλλιστα.

Κεφ. η'. Ταῖς γοῦν τροφοῖς αἱ τῶν παιδίων κινήσεις ἔν τε λίκνοις καὶ σκίμποσι καὶ ταῖς σφῶν αὐτῶν ἀγκάλαις [52] ἐξεύρηνται. καί πως τοὐθ' ἕτερον ἡμῖν σκέμμα πρὸς ὑγιείας τήρησιν ἀναγκαιότατον, Ἀσκληπιάδου μὲν ἄντικρυς κἀκ τοῦ φανερωτάτου κατεγνωκότος γυμνασίων, Ἐρασιστράτου δὲ ἀτολμότερον μὲν ἀποφηναμένου, τὴν δ' αὐτὴν Ἀσκληπιάδῃ γνώμην ἐνδεικνυμένου, τῶν δ' ἄλλων σχεδὸν ἁπάντων ἰατρῶν ἐπαινούντων οὐ πρὸς εὐεξίαν μόνον, ἀλλὰ καὶ πρὸς ὑγίειαν αὐτά. τριττὰ δ' ἐστὶ γένη τά γε πρῶτα τῶν γυμνασίων, ὅσαι περ καὶ αἱ τῶν κινήσεων διαφοραί· ἢ γὰρ ἐξ ἑαυτῶν, ἢ ὑφ' ἑτέρων, ἢ διὰ

mus; unum, quod modo retulimus, et altera duo, motum mediocrem et vocis modulationem; quibus perpetuo usae non solum mitigant, sed etiam somnum conciliant, vel hoc ipso testificante natura, ad musicam eos et exercitia suopte ingenio esse propensos. Adeo, quisquis his artibus probe uti sciet, is nimirum et corpus et animum optime instituet.

Cap. VIII. Nutricibus igitur triplex puellis excogitata motio est, in cunis, in lectulis pendentibus, in suis ipsarum ulnis; ubi iam hoc aliud quoque nobis aestimandum oritur ad sanitatis tutelam vel in primis necessarium, quum Asclepiades plane aperteque exercitationes damnet, Erasistratus verecundius timidiusque decernat, caeterum idem cum Asclepiade sentiat, reliqui fere medici non solum ad bonam corporis habitudinem, sed etiam ad sanitatem eas praedicent. Porro exercitationum tria saltem prima notantur genera, utique quot motionum differentiae; quippe aut a nobis ipsis move-

φαρμάκων κινούμεθα. τὸ μὲν δὴ τρίτον εἶδος τῆς κινήσεως οὐδαμῶς ὑγιαίνουσι πρέπον· ἡ δ' ὑφ' ἑτέρου κίνησις ἐν τῷ πλεῖν, καὶ ἱππεύειν, καὶ ὀχεῖσθαι, καὶ, ὡς ἀρτίως λέλεκται, διά τε λίκνων καὶ σκιμπόδων καὶ ἀγκαλῶν γίνεται. τοῖς μὲν οὖν νεογενέσι παιδίοις οὔπω δεῖ κινήσεως τηλικαύτης, ἡλίκη διά τε τῶν ὀχημάτων καὶ τῶν πλοίων καὶ τοῖς ἱππαζομένοις γίνεται· τοῖς δ' ἤδη τὸ τρίτον ἢ τὸ τέταρτον ἔτος ἀπὸ τῆς πρώτης γενέσεως ἄγουσιν ἐγχωρεῖ καὶ δι' ὀχημάτων καὶ πλοίων κινεῖσθαι τὰ μέτρια· ἑπταετῆ δὲ γινόμενα τὰ παιδία καὶ τῶν ἰσχυροτέρων ἀνέχεται κινήσεων, ὥστε καὶ ἱππεύειν ἐθίζεσθαι. δι' ἑαυτῶν δὲ κινεῖσθαι τὰ παιδία τηνικαῦτα δύναται πρῶτον, ὅταν ἕρπειν ἀπάρξηται, καὶ μᾶλλον, ἐπειδὰν βαδίζειν· μὴ βιάζεσθαι δὲ αὐτὰ πρὸ τοῦ δέοντος, ὅπως μὴ διαστραφείη τὰ κῶλα. δηλοῖ δὲ κἀν τῷδε τῆς ἡλικίας, εἰς ὅσον ἡ φύσις ἡμῶν ᾠκείωται γυμνασίοις. οὐ γὰρ ἄν, οὐδ' εἰ κατακλείσαις παιδία, οἷός τε εἴης κωλύειν διαθέειν τε καὶ σκιρτᾷν ὡσαύτως γε τοῖς πώλοις τε καὶ

mur, aut ab aliis, aut medicamento. Horum tamen tertia fpecies ad fanos nequaquam pertinet. Sed qui ab altero praeftatur motus, navigando, equitando, vehendo, atque, ut paulo ante dictum eft, in cunis, lectulis ulnisque obitur. Recens tamen nati puelli tam valentem motum, quam qui ex vehiculis, navigiis equisve praeftatur, adhuc non defiderant. At qui iam tertium aut quartum annum a natali agunt, his vehiculo navigioque modice agitari licet. Septennes vero etiam valentiores motus tolerant, ita ut equitare iam affuefcant. Per fe vero moveri tum primum pueris licet, quum iam repere coeperunt, magisque etiam, quum ambulare. Immature vero cogendi non funt, ne eorum artus diftorqueantur Sane vel hac aetate facile declaratur, quanta fit naturae noftrae cum exercitiis focietas, quum pueros, nec fi conclufcris loco aliquo, prohibeas, quo minus difcurrant ac pullorum vitulorumque ritu lafciviant. Quippe fua

τοῖς μόσχοις. ἱκανὴ γὰρ ἡ φύσις ἐν ἅπασι τοῖς ζώοις ὁρμὰς οἰκείας ἐνθεῖναι πρὸς ὑγίειάν τε καὶ σωτηρίαν. ἀλλ' οἱ περὶ τὸν Ἀσκληπιάδην οὐδὲν τούτων ἐννοήσαντες ἐπὶ πολλῆς σχολῆς σοφίσματα πλέκουσιν, ἐπιδεικνύναι πειρώμενοι τὰ γυμνάσια μηδὲν εἰς ὑγίειαν συντελοῦντα. πρὸς ἐκείνους μὲν δὴ καὶ αὖθις εἰρήσεται τὰ εἰκότα, ὡς τῆς ἀδολεσχίας ἐπὶ τέλους εἰρησομένης· πρόκειται γάρ μοι νῦν οὐ σοφιστῶν ἀδολε(226)σχίας ἐλέγχειν, ἀλλ' αὐτὸ τὸ χρήσιμον εἰς ὑγίειαν ἐκδιδάσκειν. ἐπὶ δὲ τοὺς παῖδας ἐπάνειμι τοὺς ἄριστα κατεσκευασμένους τὰ σώματα. τούτους δὲ εἰκὸς εἶναί που καὶ τὸ τῆς ψυχῆς ἦθος ἀμέμπτους· ὡς, ὅσοι γε θυμικώτεροι τοῦ δέοντός εἰσιν, ἢ ἀθυμότεροι, ἢ εὐαισθητότεροι, ἢ ἀναισθητότεροί τινες, ἢ λιχνότεροι τοῦ προσήκοντος, ἀνάγκη τούτους οὐκ ὀρθῶς κεκρᾶσθαι τοῖς μέρεσιν ἐκείνοις τοῦ σώματος, οἷς ἐνεργοῦμεν ἕκαστα τῶν εἰρημένων. γέγραπται δὲ ὑπὲρ αὐτῶν ἐπὶ πλέον ἐν τοῖς περὶ τῶν Ἱπποκράτους καὶ Πλάτωνος δογμάτων ὑπομνήμασιν. ἀλλ' ὅ γε νῦν ἡμῖν προκείμενος ἐν τῷ λόγῳ παῖς ἄριστός ἐστι τὰ πάντα.

cuique animanti natura fatis ad proprias convenientesque excitandas appetitiones, quibus fanitatem falutemque tueatur. Verum Afclepiades nihil horum cogitans per magnum otium captiunculas texit, quibus docere conetur, nihil ad bonam valetudinem exercitia conferre. Verum huic poftea, quod par eft, refpondebitur, ceu garrulitate ad finem potiffimum taxanda. Eft enim nobis hoc loco propofitum non fophiftarum nugas refellere, fed, quod ad fanitatem tuendam conducat, praecipere. Itaque ad infantes redeo, qui optimo corporis habitu funt. Porro his animi quoque mores citra vitium effe par eft. Qui enim jufto funt ad iram procliviores, aut animo plane demiffo, aut fenfiles magis, aut infenfiles, aut praeter modum gulofi, hos parum idoneo temperamento effe iis partibus, quibus praedictorum fingula obimus, neceffe eft. Proditum vero de his fufius eft in iis libris, quos de Hippocratis Platonisque placitis fcripfimus. Verum qui nunc in noftra difputatione propofitus infans eft, unde-

τούτου τοίνυν ἐπανορθοῦσθαι μὲν οὐδὲν χρὴ τῶν ἠθῶν τῆς ψυχῆς, φυλάττειν δ', ὅπως μὴ διαφθαρῇ. φυλάττεται δὲ ἅπαν ὑπὸ τῶν αὐτῶν κατὰ γένος, ὑφ' ὧν περ καὶ διαφθείρεται. διαφθείρεται δὲ τὸ τῆς ψυχῆς ἦθος ὑπὸ μοχθηρῶν ἐθισμῶν ἐν ἐδέσμασί τε καὶ πόμασι, καὶ γυμνασίοις, καὶ θεάμασι, καὶ ἀκούσμασι, καὶ τῇ συμπάσῃ μουσικῇ. τούτων τοίνυν ἁπάντων ἔμπειρον εἶναι χρὴ τὸν τὴν ὑγιεινὴν μετιόντα, καὶ μὴ νομίζειν, ὡς φιλοσόφῳ μόνῳ προσήκει πλάττειν ἦθος ψυχῆς· ἐκείνῳ μὲν γὰρ δι' ἕτερόν τι μεῖζον τὴν αὐτῆς τῆς ψυχῆς ὑγίειαν, ἰατρῷ δὲ ὑπὲρ τοῦ μὴ ῥᾳδίως εἰς νόσους ὑποφέρεσθαι τὸ σῶμα. καὶ γὰρ θυμὸς καὶ κλαυθμὸς, καὶ ὀργὴ, καὶ λύπη, καὶ πλεῖον τοῦ δέοντος φροντὶς, ἀγρυπνία τε πολλὴ ἐπ' αὐτοῖς γινομένη πυρετοὺς ἀνάπτουσι, καὶ νοσημάτων μεγάλων ἀρχαὶ καθίστανται, [53] ὥσπερ καὶ τοὐναντίον ἀργία διανοίας, καὶ ἄνοια, καὶ ψυχὴ παντάπασι ῥάθυμος ἀχροίας τε καὶ ἀτροφίας ἐργάζεται πολλὰς ἀῤῥωστίᾳ τῆς ἐμφύτου θερμότητος. χρὴ μὲν γὰρ φυλάττειν παντὸς μᾶλλον ἐν ὅροις ὑγιεινοῖς

cumque abſolutus eſt. Hujus ergo ſicut nullum ex animi moribus corrigere, ſic eoſdem ſervare, ne quo vitientur, oportet. Servantur vero omnes iiſdem plane genere, quibus corrumpuntur. Corrumpuntur autem animi mores prava conſuetudine cujusque horum, cibi, potus, exercitationis, videndi, audiendi, totius denique muſices. Itaque peritum horum omnium eſſe eum medicum oportet, qui ſanitatis tuendae curam ſuſcipiet, nec ea opinione eſſe, quaſi ad ſolum ſpectet philoſophum animi mores effingere. Quippe huic ob aliud omnino majus id muneris tribuitur, nempe animi ſanitatem; medico vero, ne corpus facilius in morbos incidat, quando iracundia, fletus, ira, triſtitia, cura immodica, et multae ſuper his vigiliae febres accendunt, ac graviſſimis morbis initia praebent; veluti e diverſo cogitationis mentisque ſegnitia ac animus omnino deſes decoloratos ac ſaepe ex nutriendi defectu graciles ob naturalis caloris imbecillitatem reddunt. Hunc enim calorem praeter caetera inter ſanitatis

τὴν σύμφυτον ἡμῖν θερμότητα. φυλάττεται δὲ ὑπὸ τῶν συμμέτρων γυμνασίων, οὐ κατὰ τὸ σῶμα μόνον, ἀλλὰ κατὰ τὴν ψυχὴν γιγνομένων. αἱ δ᾽ ἄμετροι κινήσεις ἐν διαλογισμοῖς τε καὶ ἐπιθυμίαις καὶ θυμοῖς, αἱ μὲν ὑπερβάλλουσαι χολωδέστερον ἀποφαίνουσι τὸ ζῶον, αἱ δ᾽ ἐλλείπουσαι φλεγματικώτερον καὶ ψυχρότερον. καὶ δὴ καὶ ταῖς μὲν προτέραις ἕξεσιν οἵ τε πυρετοὶ καὶ ὅσα θερμότερα παθήματα, ταῖς δ᾽ ἑτέραις ἐμφράξεις καθ᾽ ἧπάρ τε καὶ σπλάγχνα, ἐπιληψίαι τε καὶ ἀποπληξίαι, καὶ συνελόντι φάναι, τὰ καταῤῥοϊκά τε καὶ ῥευματικὰ νοσήματα συμπίπτει πάντα. καὶ οὐκ ὀλίγους δ᾽ ἡμεῖς ἀνθρώπους νοσοῦντας ὅσα ἔτη διὰ τὸ τῆς ψυχῆς ἦθος ὑγιεινοὺς ἀπεδείξαμεν, ἐπανορθωσάμενοι τὴν ἀμετρίαν τῶν κινήσεων. οὐ σμικρὸς δὲ τοῦ λόγου μάρτυς καὶ ὁ πάτριος θεὸς ἡμῶν Ἀσκληπιὸς, οὐκ ὀλίγας ᾠδάς τε γράφεσθαι καὶ μίμους γελοίων καὶ μέλη τινὰ ποιεῖν ἐπιτάξας, οἷς αἱ τοῦ θυμοειδοῦς κινήσεις σφοδρότεραι γινόμεναι θερμοτέραν τοῦ δέοντος ἀπειργάζοντο τὴν κρᾶσιν τοῦ σώματος, ἑτέροις δέ τισιν,

fines fervare oportet; fervatur autem modicis tum corporis tum animi exercitiis. Qui namque motus modum non fervant, five ii a concupifcibili, five a rationali, five ab irafcibili animi parte cientur, fi modum nimium excefferunt, biliofum animans reddunt; fi intra modum nimium fubfiftunt, pituitofum frigidumque efficiunt. Quin etiam priorem habitudinem febres, et qui calidiores affectus funt, pofteriorem jecinoris et vifcerum obftructiones, comitiales morbi, apoplexiae, in famma deftillationum fluxionumque morbi plerumque excipiunt. Et nos ob animi mores aegros quotannis non paucos perfanavimus, folis animi motibus ad debitum modum revocatis. Eft vero non fpernendus hujus fententiae teftis ipfum patrium nobis numen Aefculapius, qui multas fcribi cantilenas mimosque ridicularum rerum fieri et melodias quafdam inftituit iis, quibus vehementiores irafcibilis partis motus corporis temperamentum jufto calidius efficerent. Aliis quibufdam, neque iis paucis,

οὐκ ὀλίγοις οὐδὲ τούτοις, κυνηγετεῖν, καὶ ἱππάζεσθαι, καὶ ὁπλομαχεῖν. εὐθὺς δὲ τούτοις διωρίσατο τό τε τῶν κινήσεων εἶδος, οἷς τοῦτο προσέταξε, καὶ τὸ τῆς ὁπλίσεως, οἷς δι' ὅπλων ἐκέλευσε τὰ γυμνάσια ποιεῖσθαι. οὐ γὰρ μόνον ἐπεγείρειν αὐτὸ τὸ θυμοειδὲς ἐβουλήθη, ἀῤῥωστότερον ὑπάρχον, ἀλλὰ καὶ μέτρον ὡρίσατο τῇ τῶν γυμνασίων ἰδέᾳ. οὐ γὰρ ὡσαύτως θήγεται τὸ θυμοειδὲς εἰς ἀγρίους σῦς, ἢ ἄρκτους, ἢ ταύρους, ἤ τι τῶν οὕτως ἀλκίμων θηρίων, ἢ ἐπὶ λαγωοὺς, ἢ δορκάδας, ἤ τι τῶν οὕτως δειλῶν, οὐδ' ὡσαύτως ἐπί τε τῆς κούφης ὁπλίσεως καὶ τῆς βαρείας, ὥσπερ οὐδὲ ἐν τῷ θέειν ὠκέως, ἢ μετρίως κινεῖσθαι, καὶ μετὰ τοῦ φιλονεικεῖν ἑτέροις, ἢ καθ' ἑαυτόν. οὕτως καὶ τὸ μὲν κεκραγότων τῶν ἐγκελευομένων τε καὶ παροξυνόντων ἐπὶ τοὺς πόνους ἢ σιωπώντων οὐκ ὀλίγον διαφέρει. ἀλλὰ περὶ μὲν τούτων ἐν τοῖς ἔπειτα λόγοις ἐπὶ πλέον εἰρήσεται. τὰ δὲ σμικρὰ παιδία, τὰ τὴν ἀρίστην ἔχοντα κρᾶσιν, (ὑπὲρ τούτων γὰρ ὁ λόγος ἦν,) οὐκ ὀλίγης ἐπιμελείας δεῖται πρὸς τὸ μηδεμίαν ἐν αὐτοῖς τῆς ψυχῆς ἄμετρον γίνεσθαι κίνησιν·

venari, equitare atque armatos exercitari juffit, iifdemque ftatim tum motuum ipforum fpeciem, utique quibus motus injunxit, tum armorum, quibus armatis exerceri praecepit, definivit. Non enim, quo pacto excitetur erigaturque irafcibilis pars, quum imbecilla fit, praecipere fat habuit, nifi etiam menfuram ejus ab exercitationum idea definiret. Non enim pari modo excitatur ea pars animi adverfus apros, urfos, tauros et alias ejufmodi feras immanes, ac adverfus leporem, capram et id genus fugaces ac timidas; nec fimiliter, quum in levi armatura et gravi exercemur; nec pariter, quum citato curfu dimovemur, et quum mediocri motu agimur; nec ubi cum aliis contendimus, et ubi foli agimus. Jam clamore, an tacitus ad labores adhorteris irritesque, non parum fane intereft. Verum de his latius dicetur in fequentibus. Sed infantes, qui optimum fortiti funt temperamentum, (de his enim fermo erat,) non levi cura egent, ne quos animi motus immodicos incurrant. Quippe loquelae

ἅτε γὰρ οὐδέπω λόγῳ χρώμενα, τῷ κλαίειν τε καὶ κεκραγέναι, καὶ θυμοῦσθαι, καὶ κινεῖν ἀτάκτως ἑαυτὰ διασημαίνει τὴν ἀνίαν. ἡμᾶς οὖν χρὴ στοχαζομένους, ὅτου δεῖται, παρέχειν ἑκάστοτε τοῦτο, πρὶν αὐξηθῆναι αὐτῶν τὴν λύπην, εἰς σφοδροτέραν τε καὶ ἄτακτον κίνησιν ὅλην ἐμβαλεῖν τὴν ψυχὴν ἅμα τῷ σώματι· ἤτοι γὰρ ἐξ ἑαυτῶν ὀδαξούμενα, ἢ πρός τινος ἔξωθεν ἀνιώμενα, ἢ ἀποπατεῖν ἢ οὐρεῖν, ἢ ἐσθίειν ἢ πίνειν ἐθέλοντα κλαίει τε καὶ κινεῖται πλημμελῶς, ὥσπερ σφαδάζοντα. γένοιτο δ' ἄν ποτε καὶ θάλπους ἐπιθυμεῖν αὐτὰ κρύει ταλαιπωρούμενα, καὶ ἀναψύξεώς τινος ὑπὸ θάλπους ἀμέτρου διοχλούμενα, καί ποτε μὴ φέροντα τὸ πλῆθος τῶν ἐπιβεβλημένων ἱματίων· ἀνιᾷ γὰρ δὴ καὶ τοῦτο πολλὰ οὐ σμικρὰ, καὶ μάλιστα κατὰ τὰς ἐπιστροφὰς ὅλου τοῦ σώματος, ἢ τὰς τῶν κώλων κινήσεις. ἀλλὰ καὶ αὐτὸ τὸ ἡσυχάζειν ἐπὶ πλέον οὐ σμικρῶς λυπηρόν· οὐδενὸς γὰρ ἀμετρίᾳ χαίρει ζῶον οὐδὲν, ἀλλ' ἀεὶ τοῦ συμμέτρου χρήζει. σύμμετρον δὲ οὐχ ἓν ἅπασιν,

adhuc expertes ploratu, clamore, iracundia et inordinato fui motu dolorem indicant. Noftrum igitur officium fit, conjectantes quid defiderent, affidue id fuppeditare prius, quam auctus dolor in nimium atque inordinatum motum una cum corpore etiam animum ipfum univerfum conjiciat; fiquidem dentientes, aut ab externo quopiam offenfi, aut alvum exonerare, aut meiere, aut effe bibereve cupientes perinde ac difcruciati plorant atque vehementer moventur. Fieri etiam poteft, ut frigore offenfi teporem defiderent, ficuti contra aeftu immodico afflicti refrigerationem. Eft quando multitudinem inftratarum veftium non tolerant. Quippe multos offendit id quoque non minimum, maxime vero quum aut totum corpus vertere, aut etiam artus movere cupiunt. Quin etiam ipfa quies, fi fit diuturnior, non parum molefta effe folet, quando nullum animans immodico ullo delectatur, fed femper medium modum expetit. Porro medius ipfe modus non unus omnibus eft, fed

ἀλλ' ἐν τῷ πρός τι πᾶσα συμμετρία. [54] διὸ χρὴ τὸν ἐπιμελούμενον ἀνατροφῆς παιδίων, στοχαστικὸν ἀκριβῶς ὑπάρχοντα τοῦ συμμέτρου τε καὶ οἰκείου, παρέχειν ἑκάστοτε τοῦτο, πρὶν αὐξηθεῖσαν αὐτῷ τὴν λύπην εἰς ἀμετρίαν κινήσεως ἐμβαλεῖν τό τε σῶμα καὶ τὴν ψυχήν· εἰ δ' ἄρα ποτὲ καὶ λάθοι τὸ λυποῦν αὐξηθὲν, ἐπανορθοῦσθαι πειρᾶσθαι τὴν λύπην αὐτῷ τέ τῷ παρέχειν αὐτίκα τὸ ἐπιθυμηθὲν, ἢ ἐκκόπτειν τὸ ἀνιῶν, ἔτι τε τῇ κινήσει τῇ διὰ τῶν ἀγκαλῶν καὶ τοῖς μέλεσι τῆς φωνῆς, οἷς εἰώθασιν αἱ σοφώτεραι τῶν τροφῶν χρῆσθαι. ἔγωγ' οὖν ποτε, δι' ὅλης ἡμέρας παιδίου κλαίοντός τε καὶ θυμουμένου, καὶ σφοδρῶς καὶ ἀτάκτοις ἑαυτὸ μεταβάλλοντος, ἐξεῦρον τὸ λυποῦν, ἀπορουμένης τῆς τροφοῦ· ὡς γὰρ οὔτε πρὸς τὸν τιτθὸν ἐντεθειμένον, οὔτε προϊσχομένης αὐτὸ τῆς τρεφούσης, εἰ ἀποπατεῖν ἢ οὐρεῖν ἐθέλοι, καθίστατο, παρηγορεῖτο δ' οὐδὲν, οὐδ' ὁπόταν ἐν ταῖς ἀγκάλαις ἐνθεμένη κατακλίνειν ἐπιχειρήσειεν, ἐθεασάμην δὲ τὴν στρωμνὴν αὐτοῦ καὶ τὰ

omnis mediocritas ex eorum ſemper eſt numero, quae in collatione ad aliud ſpectantur. Quocirca, qui curam infantis educandi ſuſcipiet, hunc plane, ut acrem mediocritatis convenientisque conjectorem eſſe, ita haec ſemper praebere oportet prius, quam ex deſiderio cujuſvis auctus dolor ſimul cum corpore animum quoque in motus immodicos conjiciat. Quod ſi quando, quod infeſtat, imprudentibus inſcientibusque nobis auctum eſſe contigerit, corrigere moleſtiam tentabimus illico, vel oblato, quod expedit, vel ſublato, quod offendit, etiam motu per ulnas nutricis adhibito, ac vocis modulamine, quibus uti prudentiores nutricum conſueverunt. Ego namque, puello quodam totum diem non raro plorante, ac immodice ſe inordinateque jactante, nutrice ipſa omnis conſilii inope, deprehendi quod offendit; quippe ut neque papilla in os immiſſa, neque a nutrice prolatus, ſi forte mejere aut alvum exonerare vellet, lenitus eſt, ſed nec quum ab ulnarum agitatu reclinari coepiſſet, adverti autem tum lectum, tum involucra, tum veſtes ipſas for-

περιβλήματά τε καὶ ἀμφιέσματα ῥυπαρώτερα, καὶ αὐτὸ τὸ παιδίον ἤδη ῥυπῶν τε καὶ ἄλουτον, ἐκέλευσα λοῦσαί τε καὶ ἀποῤῥύψαι, καὶ τὴν στρωμνὴν ὑπαλλάξαι, καὶ πᾶσαν τὴν ἐσθῆτα καθαρωτέραν ἐργάσασθαι· καὶ τούτων γιγνομένων, αὐτίκα μὲν ἐπαύσατο τῶν ἀμέτρων κινήσεων, αὐτίκα δὲ καθύπνωσεν ἥδιστόν τε καὶ μακρότατον ὕπνον. εἰς δὲ τὸ καλῶς ἐστοχάσθαι πάντων τῶν ἀνιώντων τὸ παιδίον οὐκ ἀγχινοίας μόνον, ἀλλὰ καὶ τῆς περὶ τὸ τρεφόμενον αὐτὸ συνεχῶς ἐμπειρίας ἐστὶ χρεία.

Κεφ. θ'. Ταῦτ' οὖν ἅπαντα περὶ τὸ παιδίον εἰς τρίτον ἔτος ἀπὸ τῆς πρώτης γενέσεως ἀξιῶ πραγματεύεσθαι, καὶ πρὸ τούτων ἔτι τῆς τρεφούσης αὐτὸ οὐ σμικρὰν ποιεῖσθαι πρόνοιαν, ἐδεσμάτων τε πέρι καὶ πομάτων, ὕπνων τε καὶ ἀφροδισίων, καὶ γυμνασίων, ὡς ἄριστον εἴη τὴν κρᾶσιν τὸ γάλα. γένοιτο δ' ἂν τοιοῦτον, εἰ τὸ αἷμα χρηστότατον εἴη. ἔστι δὲ χρηστότατον τὸ μήτε πικρόχολον, μήτε μελαγχολικὸν, μήτε φλεγματῶδες, μήτ' ὀῤῥώδει τινὶ μήθ' ὑδατώδει συμμιγὲς ὑγρότητι. γεννᾶται δὲ τοιοῦτον ἐπί τε

didiores, praeterea puellum ipfum immundum atque illotum: lavare detergereque juffi, tum lectulum mutare, ac veftem omnem terfam mundamque praebere. Quibus peractis, protinus ab immodico agitatu conquievit, illicoque dormivit non fuaviffimum modo, verum etiam longiffimum fomnum. Ut vero recte conjicias, quae puello officiant, non modo folertia eft opus, fed etiam affidua de ipfo, qui nutritur, experientia.

Cap. IX. Haec igitur omnia usque in tertium a natali annum circa puellum peragenda cenfeo, in primisque de nutrice ipfa non minimam habendam effe curam, quid edat, quid bibat, quo pacto in fomno, venere, exercitatione fe habeat; ut videlicet lac ejus egregie fit temperatum, quale certe erit, fi fanguis ejus quam optimus fit. Porro is talis eft, qui nec flava abundat bile, nec atra, nec pituitofus eft, nec ferofus, nec aquofo liquore permixtus. Nafcitur autem ejusmodi fanguis ab

τοῖς συμμέτροις γυμνασίοις καὶ τροφαῖς εὐχύμοις ἅμα καὶ κατὰ (227) καιρὸν τὸν προσήκοντα καὶ κατὰ μέτρα τὰ δέοντα λαμβανομέναις, ὥσπερ οὖν καὶ ἐν πόμασίν ἐστιν εὐκαίροις τε καὶ μετρίοις· ὑπὲρ ὧν ἁπάντων ἐν τοῖς ἔπειτα λόγοις ἀκριβῶς διορισθήσεται. ἀφροδισίων τε παντάπασιν ἀπέχεσθαι κελεύω τὰς θηλαζούσας παιδία γυναῖκας. αἵ τε γὰρ ἐπιμήνιοι καθάρσεις ἐρεθίζονται μιγνυμέναις ἀνδράσι, καὶ οὐκ εὐῶδες ἔτι μένει τὸ γάλα. καί τινες αὐτῶν ἐν γαστρὶ λαμβάνουσιν, οὗ βλαβερώτερον οὐδὲν ἂν εἴη παιδίῳ γάλακτι τρεφομένῳ. δαπανᾶται γὰρ ἐν τῷδε τὸ χρηστότατον τοῦ αἵματος εἰς τὸ κυούμενον. ἅτε γὰρ ἀρχὴν ζωῆς ἐν ἑαυτῷ ἰδίαν περιέχον, ὑπὸ ταύτης τε διοικεῖται καὶ διὰ παντὸς ἐπισπᾶται τὴν οἰκείαν τροφὴν, ὡσανεὶ ἐνεῤῥιζωμένον τε τῇ μήτρᾳ καὶ ἀχώριστον ὑπάρχον ἀεὶ, νύκτωρ τε ἅμα καὶ μεθ᾽ ἡμέραν. ἔλαττόν τε εἰκότως ἐν τῷδε καὶ φαυλότερον ἀποτελεῖται τὸ τῆς κυούσης αἷμα, καὶ διὰ τοῦτο καὶ τὸ γάλα μοχθηρότερόν τε καὶ ὀλίγον ἐν τοῖς τιτθοῖς ἀθροίζεται. ὥστε ἔγωγε συμβουλεύσαιμι ἂν, εἰ κυήσειεν ἡ

exercitatione moderata, et cibis tum boni ſucci, tum juſto tempore modoque aſſumptis, praeterea potione tempeſtiva modiceque ſumpta. De quibus omnibus in iis, quae poſt dicentur, diligenter agetur. A venere omnino abſtinere jubeo omnes mulieres, quae pueros lactant. Nam et menſes viri conſuetudine provocantur, et lac odoris gratiam in deterius mutat. Quin etiam aliquae in utero concipiunt, quo nocentius puello adhuc lactenti nihil eſt. Interim enim, quidquid ſanguinis eſt optimum, in foetum abſumitur; quippe is, quum proprium in ſe vitae principium contineat, et hujus moderamine agitur, et aſſidue conveniens ſibi alimentum trahit, utero ipſi veluti radici adhaerens, nec uſquam ab eo nocte dieve diſcedens. Interim vero non minor modo, verum etiam deterior rationabiliter redditur ipſius gravidae ſanguis. Quo fit, ut lac ipſum tum pejus, tum vero exiguum in mammillis colligatur. Quare ſi, quae infantem lactat, uterum gerit,

θηλάζουσα τὸ παιδίον, ἑτέραν ἐξευρίσκειν τροφὸν, ἐπισκεπτομένους τε καὶ δοκιμάζοντας αὐτῆς ἀκριβῶς τὸ γάλα γεύσει, καὶ ὄψει, καὶ ὀσφρήσει. καὶ γὰρ γευομένοις καὶ ὀσμωμένοις ἡδὺ, λευκόν τε καὶ ὁμαλὸν καὶ μέσως ἔχον ὑγρότητός τε καὶ πάχους ὀφθήσεται τὸ ἄριστον γάλα· τὸ δὲ μοχθηρὸν ἤτοι παχὺ, καὶ τυρωδέστατον, ἢ ὑγρὸν, καὶ ὀῤῥῶδες, καὶ πελιδνὸν, καὶ ἀνώμαλον ἐν συστάσει καὶ χροιᾷ, [55] καὶ γευομένοις πικρότατον, καὶ ἅλμης ἤ τινος ἑτέρας ἀλλοκότου ποιότητος ἔμφασιν ἕξει· τὸ δὲ τοιοῦτον οὐδὲ πρὸς τὴν ὀσμὴν ἡδύ. ταῦτα μὲν ἔστω σοι γνωρίσματα μοχθηροῦ τε καὶ χρηστοῦ γάλακτος, οἷς τεκμαιρόμενος, ὅταν ἤτοι κύησις, ἢ καὶ νόσημά τί ἐστι περὶ τὴν μητέρα γενόμενον, ἐφ᾽ ἑτέραν τροφὸν ἰέναι, τὴν κρίσιν τε καὶ τὴν αἵρεσιν ποιεῖσθαι.

Κεφ. ί. Τρέφειν σε τὸ παιδίον γάλακτι μόνῳ· ἐπειδὰν δὲ φύσῃ τοὺς ἔμπροσθεν ὀδόντας, ἐθίζειν ἤδη πως αὐτὸ καὶ τῆς παχυτέρας ἀνέχεσθαι τροφῆς· ὥσπερ οὖν καὶ

ego magnopere fuaferim aliam inveniendam nutricem. Cujus etiam lac guftu, odoratu, vifu confiderandum explorandumque diligenter fit; fiquidem, quod optimum eft, id guftanti olfacientique plane fuave, intuenti candidum, aequabile ac liquidi craffique medium apparebit. Quod vitiofum eft, e diverfo aut craffum et cafeofum, aut liquidum et ferofum ac lividum, tum confiftentia ipfa coloreque inaequabile videbitur. Idem guftantibus amarorem, aut falfedinem, aut qualitatem quampiam extraneam exhibebit: tale vero nec olfacienti fuave erit. Atque lactis probi malive haec funto indicia, quae conjectans, quum mater aut jam concepit, aut morbo aliquo eft affecta, ad aliamque nutricem tranfire eft neceffarium, lactis judicium atque electionem facere quis poffet.

Cap. X. Tum vero puellum, quoad primores dentes emiferit, folo lacte alendum, ac tum eum folidiori quodammodo jam cibo affuefacere conveniet, quod etiam

Ed. Chart. VI. [55.] Ed. Baſ. IV. (227.)

τοῦτο αὐτὸ τῇ πείρᾳ διδαχθεῖσαι ποιοῦσιν αἱ γυναῖκες· ἄρτου μέντοι πρῶτον, ἐφεξῆς δ' ὀσπρίων τε καὶ κρεῶν, ὅσα τ' ἄλλα τοιαῦτα, προμασώμεναι καὶ ἐντιθεῖσαι τοῖς στόμασι τῶν παιδίων. ἀνατρίβειν δὲ χρὴ τὸ σῶμα τῶν βρεφῶν ἐλαίῳ γλυκεῖ, καθάπερ τοῦτο ποιοῦσαι ἐπιτηδείως αἱ πλεῖσται τῶν τροφῶν εὐθὺς ῥυθμίζουσί τε καὶ διαπλάττουσι τὰ μόρια. ἀλλ' ἐπί γε τοῦ νῦν κατὰ τὸν λόγον ὑποκειμένου παιδίου, τὴν κατασκευὴν τοῦ σώματος ἀμέμπτως ἔχοντος, οὐδὲν χρὴ περιεργάζεσθαι τὴν τροφὸν εἴς γε τὴν τῶν μελῶν εὐρυθμίαν, ἀλλ' ἀνατρίβειν τε τὰ μέτρια, καὶ λούειν ὁσημέραι, καθόσον οἷόν τε, μὴ περιεχομένου γάλακτος ἀπέπτου κατὰ τὴν γαστέρα· κίνδυνος γὰρ ἀναληφθῆναι τοῦτο, πρὶν πεφθῆναι καλῶς, εἰς ὅλον τὸ σῶμα τοῦ παιδίου. πολὺ δὲ δὴ μᾶλλον, εἰ καὶ τὴν γαστέρα τις αὐτὴν ἀνατρίβοι γάλακτος μεστὴν, ἐμπλήσει τε τὸ σῶμα τροφῆς ἀπέπτου, πληρώσει τε τὴν κεφαλήν. διὸ χρὴ πολλὴν πρόνοιαν πεποιῆσθαι τοῦ μὴ λαμβάνειν τὴν τροφὴν τὸ παιδίον μήτε πρὸ λουτρῶν μήτε πρὸ ἀνατρίψεων.

experientia plane doctae mulieres faciunt; primum panem, mox legumina, ac carnem, et ſimilia, omnia prius commanſa puellorum oſculis immittentes. Corpus autem infantium confricare oportet oleo dulci, ſicuti id ipſum recte peragunt nutrices pleraeque ſtatim ipſas corporis partes modulantes atque ſingentes. Verum in eo, quem propoſuimus, puero, qui corporis ſtatu eſt optimo, quod ad membrorum concinnitatem ſaltem attinet, nihil eſt, quod curioſa nutrix ſit, ſed tantum fricet quotidie mediocriter ac lavet, idque, quam fieri maxime poteſt, lacte in ventriculo minime adhuc haerente crudo, quippe quod periculum eſt, ne prius, quam probe ſit concoctum, in totum corpus infantis diſtribuatur. Multo vero maxime, ſi quis ventriculum ipſum adhuc lactis plenum infricet, tum corpus crudo alimento implebit, tum caput onerabit. Quo magis proſpiciendum in primis eſt, ne quid nutrimenti neque ante balneum neque ante frictio-

γίγνοιτο δ᾽ ἂν τοῦτο, παραφυλαττούσης τῆς τροφοῦ τὸν ἐπὶ τοῖς μακροτέροις ὕπνοις καιρόν. ἐν τούτῳ γὰρ μάλιστα τὴν κοιλίαν ἤτοι παντάπασιν κενὴν ἢ πεπεμμένην ἤδη τὴν τροφὴν περιέχουσαν εὑρεῖν ἔστιν. εἰ δ᾽, ὥσπερ νῦν, ποιοῦσι, βλάπτουσιν ἔνιαι μὲν τῶν τροφῶν, ἕνα τινὰ χρόνον ἀφορίσασαι τῆς ἡμέρας, ἔνιαι δ᾽, ὅταν σχολάσωσι, τὸ τηνικαῦτα προνοούμεναι· διότι πολλάκις καὶ ἀναγκαῖόν ἐστι βλάπτεσθαι τὰ παιδία ἤπερ ὠφελεῖσθαι. ὁ γὰρ ὑφ᾽ ἡμῶν ἀφοριζόμενος καιρὸς ἄλλοτε εἰς ἄλλον ἐμπίπτει χρόνον ἤτοι τῆς ἡμέρας, ἢ τῆς νυκτός. ἐπὶ μέντοι τῶν μειζόνων παιδίων, ὅσα καὶ πληγαῖς, καὶ ἀπειλαῖς, ἐπιπλήξεσί τε καὶ νουθετήσεσι πείθεται, καιρὸς ἂν εἴη διττὸς εἰς ἀνάτριψίν τε καὶ λουτρόν· ὁ μὲν πρότερός τε καὶ ἄριστος, ἐπειδὰν ἐξαναστάντα τῶν ἑωθινῶν ὕπνων, εἶτα παίξαντα, τροφὴν αἰτῇ. τότε γὰρ ἐπιτίθεσθαι μάλιστα τούτοις χρὴ, τὸ μὲν σῶμα πρὸς ὑγίειάν τε ἅμα καὶ εὐεξίαν ἀσκοῦντα, τὴν δὲ ψυχὴν εἰς εὐπείθειάν τε καὶ σωφροσύνην, οὐκ ἄλλως παρέξειν αὐτοῖς τὴν

nem puerulo praebeatur. Id fiet, fi ad haec adminiftranda nutrix poft longiffimum fomnum diligenter tempus obfervet. Id enim maxime temporis eft, in quo vel inanem plane ventriculum invenias, vel certe concoctum jam alimentum in fe continentem. Quae autem, ut hodie fit, faciunt, fane laedunt, aliae unum et certum diei tempus praefcribentes, aliae, quum ipfae a negotiis vacent, tum demum curantes. Quo fit, ut faepius laedi, quam juvari puellos neceffe fit; quippe quod a nobis praefcriptum tempus eft, alias in aliud diei noctifve tempus incidit. Majorum tamen puerorum, qui videlicet plagis, minis, objurgationi, monitis parere norunt, iis duplex et fricandi et lavandi temporis occafio eft; prior ac commodiffima, quum a matutino fomno furrexerint, deinde luferint, ac jam cibum petunt; tum enim maxime vocandi ad haec funt, ac corpus quidem ad fanitatem pariter et bonam habitudinem, animus ad obfequium et temperantiam exercendus, interminandum-

τροφὴν φάσκοντά σε, εἰ μὴ προθύμως ἐπακούσαιεν, εἰς ὅσον ἂν ἐθέλωμεν ἡμεῖς, ἀνατρίψει τε καὶ λουτροῖς. οὗτος μὲν οὖν ἄριστος καιρός. εἰ δέ τις ἀσχολία τὸν τρέφοντα τὸ παιδίον ἀπάγει, μέτριον ἄρτου δόντα, παίζειν ἐπιτρέπειν, εἰς ὅσον ἂν βούληται, κἄπειτ᾽ αὖθις αἰτῆσαν αὐτὸ τηνικαῦτα τρίβειν τε καὶ λούειν. οὐ μὴν πίνειν γε ἐπιτρεπτέον ποτὲ αὐτοὺς πρὸ τῶν λουτρῶν ἐπὶ τοῖς σιτίοις· ἀθροωτέρα γὰρ ἂν οὕτως ἡ ἀνάδοσις εἰς τὸ σῶμα τῶν ἐν τῇ γαστρὶ περιεχομένων γίγνοιτο. [56] χρὴ δὲ ἐπὶ τῶν ἀμέμπτως ὑγιαινόντων σωμάτων φυλάττεσθαι τοῦτο. μεμπτέαι γὰρ αἱ τοιαῦται διαθέσεις τε καὶ κατασκευαὶ τῶν σωμάτων εἰσὶν, ἐφ᾽ ὧν ἄμεινόν ἐστι πρὸ τῶν λουτρῶν διδόναι σιτία. καὶ διορισθήσεται περὶ αὐτῶν ἐν τοῖς ἔπειτα λόγοις· ἀλλὰ νῦν γε τῆς ὑποθέσεως μνημονευτέον ἐστὶν, ὡς τὸν ἄριστα σώματος ἔχοντα παῖδα διαιτῶμεν, ὅπως ἡμῖν φυλάττοιτο τοιοῦτος· ἐφ᾽ οὗ βέλτιόν ἐστιν ἡγεῖσθαι τὰ λουτρὰ τῶν σιτίων. εἰ δ᾽ ἐν τοιούτῳ χωρίῳ τρέφοιτο ὁ παῖς, ἐν ᾧ βαλανεῖον οὐκ ἔνεστιν, (ἴσως μὲν οὖν οὐδ᾽ ὁμιλήσουσι

que non aliter nos cibum ipfis praebituros, nifi, quantum ipfi velimus, frictioni balneoque fe permiferint. Atque optimum quidem tempus hoc fuerit. Quod fi qua occupatione, qui puellum alit, avocetur, modico pane exhibito, ludere permittat, quantum velit; dein quum rurfus cibum petierit, tum fricet lavetque. Minime tamen bibere ei permittendum poft cibum eft, quem balneum excipit; quando ita praecipitatior eorum, quae ventriculus continet, diftributio in corpus fiet. Id vero in corporibus prorfus fanis cavere oportet. Quippe quibus utilius fit ante balneum cibum dediffe, horum plane vitiofi tum affectus funt, tum corporum ftatus. De his vero in fequentibus dicemus; nunc praeftat illius hypothefeos recordari: nempe ut puellum, cui optime affectum corpus fit, fic educemus, ut talis perpetuo fervetur; huic expedit, ut cibus balneum fequatur. Quod fi, quo loco puellus alitur, balnei copia non fit, (fortaffe vero nec illa unquam legent, qui ibi habitant,) in concha

τοῖσδε τοῖς γράμμασιν οἱ τοιοίδε,) λούουσι μὲν ἐν σκάφαις αἱ τροφοὶ κἀνταῦθα τοὺς παῖδας, ἕως ἂν εἰς τὸ δεύτερον, ἢ καὶ εἰς τὸ τρίτον ἔτος ἀπὸ γενετῆς ἵκωνται· μείζονας δὲ γενομένους, εἰ καὶ μὴ καθ' ἑκάστην ἡμέραν, ἀλλὰ καὶ διὰ τριῶν γέ που καὶ τεττάρων ἀλείφουσί τε καὶ ἀνατρίβουσιν· εἰ δὲ μὴ κωλύει τὰ τῆς ὥρας, αἱ λίμναι τε καὶ οἱ ποταμοὶ λουτρὰ αὐτοῖς εἰσιν, οἷόν περ ἡμῖν τὸ βαλανεῖον. παρὰ τοῖς Γερμανοῖς οὐ καλῶς τρέφεται παιδία. ἀλλ' ἡμεῖς νῦν γε οὔτε Γερμανοῖς οὔτε ἄλλοις τισὶν ἀγρίοις ἢ βαρβάροις ἀνθρώποις ταῦτα γράφομεν, οὐ μᾶλλον ἢ ἄρκτοις, ἢ κάπροις, ἢ λέουσι, ἤ τισι τῶν ἄλλων θηρίων, ἀλλ' Ἕλλησι, καὶ ὅσοι τῷ γένει μὲν ἔφυσαν βάρβαροι, ζηλοῦσι δὲ τὰ τῶν Ἑλλήνων ἐπιτηδεύματα. τίς γὰρ ἂν ἡμῶν ὑπομείνειε τῶν παρ' ἡμῖν ἀνθρώπων εὐθὺς ἅμα τῷ γεννῆσθαι ἔτι θερμὸν τὸ βρέφος ἐπὶ τὰ τῶν ποταμῶν φέρειν ῥεύματα, κἀνταῦθα, καθάπερ φασὶ τοὺς Γερμανοὺς, ἅμα πεῖραν αὐτοῦ τῆς φύσεως, ἅμα τε καὶ κρατύνειν τὰ σώματα, βάπτοντας εἰς τὸ ψυχρὸν ὕδωρ, ὥσπερ τὸν διάπυρον σίδηρον; ὅτι μὲν γὰρ, ἐὰν ὑπομείνῃ τε καὶ μὴ βλαβῇ, καὶ τὴν

pueros lavant, donec alterum jam tertiumve aetatis annum attigerint. Qui vero hos annos exceſſerint, eos, ſi non quotidie, at certe tertio quoque die quartove ungunt atque infricant. Quod ſi anni tempus non prohibeat, ſtagna amneſque his lavacra ſunt, veluti nobis balneum. Apud Germanos enim plane ne probe quidem nutriuntur infantes. Verum nos neque Germanis, neque aliis agreſtibus aut barbaris hominibus haec prodimus, non magis equidem quam urſis, apris, leonibus, aut aliis id genus feris, ſed Graecis, et iis, qui, tametſi genere ſunt barbari, Graecorum tamen aemulantur ſtudia. Nam quis, quaeſo, eorum hominum, qui apud nos degunt, tulerit modo editum infantulum, etiam ab utero calentem, ad flumen deferre, ibique, ſicuti Germanos aiunt, ceu candens ſit ferrum, in frigidum humorem mergendo, ſimul de naturae vigore periculum facere, ſimul corpus ipſum roborare? Quippe, ſi citra noxam id ſuſtinuerit, et quod

ἐκ τῆς οἰκείας φύσεως ἐπεδείξατο ῥώμην, καὶ τὴν ἐκ τῆς πρὸς τὸ ψυχρὸν ὁμιλίας ἐπεκτήσατο, πρόδηλον παντί· ὅτι δ᾽, εἰ νικηθείη πρὸς τῆς ἔξωθεν ψύξεως ἡ ἔμφυτος αὐτοῦ θερμότης, ἀναγκαῖον αὐτίκα τεθνάναι, καὶ τοῦτ᾽ οὐδεὶς ἀγνοεῖ. τίς οὖν ἂν ἕλοιτο νοῦν ἔχων καὶ μὴ παντάπασιν ἄγριος ὢν καὶ Σκύθης εἰς τὴν τοιαύτην πεῖραν ἀγαγεῖν αὑτοῦ τὸ παιδίον, ἐν ᾗ θάνατός ἐστιν ἡ ἀποτυχία, καὶ ταῦτα μηδὲν μέγα τι μέλλων ἐκ τῆς πείρας κερδανεῖν; ὄνῳ μὲν γὰρ ἴσως ἤ τινι τῶν ἀλόγων ζώων ἀγαθὸν ἂν εἴη μέγιστον, οὕτω πυκνὸν καὶ σκληρὸν δέρμα ἔχειν, ὡς ἀλύπως φέρειν τὸ κρύος· ἀνθρώπῳ δὲ, λογικῷ ζώῳ, τί ἂν εἴη μέγα τὸ τοιοῦτον; οὐδὲ γὰρ εἰς ὑγίειαν ἁπλῶς (228) οὑτωσὶ λέγων ἄν τις ἐπιτήδειον ὑπάρχειν τὸ πυκνότατον καὶ σκληρότατον δέρμα δεόντως ἂν εἴποι. διττῆς γὰρ οὔσης βλάβης τοῖς τῶν ζώων σώμασιν, ἑτέρας μὲν ἀπὸ τῶν ἔξωθεν αἰτίων, ἑτέρας δὲ ἀπὸ τῶν ἔνδοθεν, εὐάλωτόν ἐστι τοῖς μὲν ἔξωθεν ἅπασιν, ὧν μαλακόν ἐστι καὶ ἀραιὸν

propriae naturae robur oftendit, et novum praeterea robur ex frigidae commercio comparavit, nulli non patet. Caeterum, fi ab externo frigore naturalis calor fit victus, quod protinus interire neceffe fit, id quoque neminem latet. Quis igitur mentis compos nec omnino ferus Scythave proprium pignus in id agere difcrimen eligat, in quo errorem mors fequitur, potiffimum cum ex eo periculo non magnum fit futurum, quod lucrifaciet? Afino enim fortaffis, aut id genus experti rationis animanti utiliffimum fuerit denfum ita tergus durumque effici, ut citra dolorem frigus fuftineat, homini vero ratione praedito cuinam, quaefo, tam magno fit ufui? Non enim, fi quis abfolute citraque exceptionem pronunciet, cutem denfiffimam duriffimamque utilem ad fanitatem effe, is recte dicat. Quum namque animalis corpori duplex inftet incommodum, alterum ab externis, alterum ab internis caufis: quorum certe rara mollisque cutis eft, ii ab extrinfecus imminentibus malis facile

τὸ δέρμα, τοῖς δὲ ἔνδοθεν, ὧν πυκνὸν τε καὶ σκληρόν. καὶ διὰ τοῦθ᾽ Ἱπποκράτης περὶ τῶν ἀπὸ τροφῆς ἐν ἡμῖν ἐπ᾽ ὠφελείᾳ τε καὶ βλάβῃ γινομένων διδάσκων ἐπ᾽ ἄλλοις πολλοῖς καὶ τοῦτ᾽ ἔγραψεν. ἀραιότης σώματος εἰς διαπνοὴν, οἷς πλεῖστον ἀφαιρέεται, ὑγιεινότερον, οἷς δ᾽ ἔλασσον, νοσερώτερον. βέλτιον οὖν ἑκατέρας πεφυλάχθαι τὰς ὑπερβολὰς, καὶ μήτ᾽ εἰς τοσοῦτον πυκνὸν τὸ δέρμα παρασκευάζειν, ὡς κωλύειν διαπνεῖσθαι καλῶς, μήθ᾽ οὕτως ἀραιὸν, ὡς ὑπὸ παντὸς τοῦ αἰτίου τῶν ἔξωθεν αὐτῷ προσπιπτόντων βλάπτεσθαι ἑτοίμως. τοιοῦτον δὲ καὶ φύσει ἐστὶ τὸ σῶμα τοῦ νῦν ἡμῖν προκειμένου τῷ λόγῳ παιδίου, μέσον ἁπασῶν τῶν ὑπερβολῶν. οὕτως οὖν αὐτὸ διαιτητέον, ὡς φυλάττειν ἀεὶ τῆς κατασκευῆς τὴν ἀρετήν. φυλαχθήσεται δὲ, κατὰ μὲν τὴν πρώτην ἡλικίαν ἐν γάλακτι τρεφομένῳ, καὶ λουτροῖς γλυκέων ὑδάτων θερμῶν λουομένῳ, ὅπως ὅτι μάλιστα μέχρι πλείστου μαλακὸν αὐτῷ διαμένον τὸ σῶμα πολλὴν ἐπίδοσιν εἰς τὴν αὔξησιν ποιῆται. μετὰ δὲ ταῦτα, καθ᾽ ὃν ἂν ἤδη χρόνον εἰς διδασκάλους δύναιτο φοι[57]τᾷν,

tentantur, quorum denfa ac dura, ab internis. Itaque etiam Hippocrates, ubi de iis praecipit, quae in nobis ab alimento ad commodum incommodumve cedunt, poft alia multa haec fcripfit: *Raritas corporis ad tranfpiratum iis, quibus plurimum aufertur, falubrius, quibus minus, infalubrius.* Praeftat ergo utrumque declinaffe exceffum, nec adeo aut denfam reddidiffe cutem, ut corporis tranfpiratum prohibeat, aut raram, ut facile a qualibet extrinfecus incidente caufa laedatur. Tale porro natura eft propofiti nobis hoc loco puelli corpus, quum fit medium omnis exceffus. Eft ergo id ea ratione alendum, ut conftitutionis fuae integritatem perpetuo fervet. Servabit autem, fi primis quidem annis folo lacte nutrias, ac balneo dulcis aquae et calentis utare; quo videlicet corpus ejus molle quam diutiffime fervatum ad plurimum augmenti perveniat. Ab his annis, quum jam mitti in ludum eft habilis, non neceffe erit affiduis

οὐκ ἀναγκαῖον ἔτι λουτροῖς χρῆσθαι συνεχέσι, ἀλλ' ἀρκεῖ διαπαλαίειν μανθάνοντα, σύμμετρά τε πονεῖν ἐνταῦθα πρὸ τῶν σιτίων, ἀλουτεῖν δὲ ἤδη τὰ πλείω. τὸ δ' ὑπερπονεῖν, ὥσπερ ἔνιοι τῶν παιδοτριβῶν ἀναγκάζουσι τοὺς παῖδας, οὐδαμῶς ἀγαθὸν, ἀναυξῆ γὰρ ὑπὸ τῆς παρὰ καιρὸν σκληρότητος ἀποτελεῖται τὰ σώματα, κἂν πλείστην ὁρμὴν ἐκ φύσεως εἰς τὴν αὔξησιν ἔχῃ.

Κεφ. ιά. Οἴνου δὲ τὸν οὕτω πεφυκότα παῖδα μέχρι πλείστου μηδ' ὅλως γεύειν. ὑγραίνει τε γὰρ ἱκανῶς καὶ θερμαίνει τὸ σῶμα πινόμενος οἶνος, ἐμπίπλησί τε τὴν κεφαλὴν ἀτμῶν ἐν ταῖς ὑγραῖς καὶ θερμαῖς κράσεσι, οἵα πέρ ἐστι καὶ ἡ τῶν τοιούτων παιδίων. ἀλλ' οὔτε ἐμπίπλασθαι καλὸν αὐτοῖς τὴν κεφαλὴν, οὔτε ὑγραίνεσθαι καὶ θερμαίνεσθαι περαιτέρω τοῦ προσήκοντος. εἰς τοσοῦτον γὰρ ἥκουσιν ὑγρότητός τε καὶ θερμότητος, ὡς, εἰ καὶ βραχὺ παραυξήσειέ τις ὁπότερον αὐτῶν, ἐν ἀμετρίᾳ καθίστασθαι. οὐσῶν δὲ πασῶν τῶν ἀμετριῶν φευκτῶν, ἡ τοιαύτη μάλιστ' ἂν εἴη φευκτὴ, καθ' ἣν οὐκ εἰς τὸ σῶμα μόνον, ἀλλὰ καὶ εἰς τὴν

praeterea balneis uti, fed interim, dum luctari condifcit, mediocriter inibi ante cibum exercitari fat erit, ac balneo plerumque abftinere. Modum vero in labore excedere, quod nonnulli gymnafiarchae pueros cogunt, prorfus alienum eft, fiquidem intempeftiva duritie corporis inhibetur accretio, etiamfi natura fit ad incrementum quam maxime comparata.

Cap. XI. Sane vinum quam diutiffime, qui ea natura puer eft, ne guftare quidem fuaferim, quippe quod hauftum et humectat nimium, et calefacit corpus, tum caput halitu replet iis, qui humido calidoque temperamento funt, qualis eft ejusmodi puerorum. Atqui nec repleri his caput eft utile, nec ipfos plus, quam par eft, humidos calidosque fieri, quoniam eo jam caloris humorisque pervenerunt, ut, fi paululum utramvis qualitatem auxeris, jam modum excefferint. Quum autem fit omnis exceffus fugiendus, maxime hunc fugere expedit, ex quo non corpori modo, verum etiam animo dam-

ψυχὴν ἡ βλάβη διϊκνεῖται. διόπερ οὐδὲ τοῖς ἤδη τελείοις ἄνευ τοῦ προσήκοντος μέτρου πινόμενος οἶνος ἀγαθός· εἴς θυμούς τε γὰρ ἐκκαλεῖται προπετεῖς, καὶ εἰς ὕβριν ἀσελγεῖς, καὶ τὸ λογιζόμενον τῆς ψυχῆς ἀμβλύ τε καὶ τεθολωμένον ἐργάζεται. ἀλλὰ τούτοις μὲν ἑτοίμως εἰς τὴν τῶν χολωδῶν περιττωμάτων ἐπίκρασίν τε ἅμα καὶ κένωσιν ἐπιτήδειος. οὐχ ἥκιστα δὲ καὶ εἰς τὴν ἐν αὐτοῖς τοῖς στερεοῖς ὀργάνοις τοῦ ζώου γινομένην ξηρότητα διά τε πόνους ὑπερβάλλοντας, ἔστιν ὅτε καὶ διὰ τὴν οἰκείαν τῆς ἡλικίας κρᾶσιν, ἐπιτήδειος οἶνος, ὑγραίνων μὲν καὶ ἀνατρέφων, ὅσ' ἀμέτρως ἐξήρανται, πραΰνων δὲ τὸ δριμὺ τοῦ πικροῦ χυμοῦ καὶ δι' ἱδρώτων τε καὶ οὔρων ἐκκενῶν. οἱ δὲ παῖδες, ἅτε μήτε τὸν τοιοῦτον ἀθροίζοντες χυμὸν, οἰκείαν τε παμπόλλην ἔχοντες ὑγρότητα, τῶν μὲν ἐξ οἴνου γενομένων ἀγαθῶν οὐδενὸς προσδέονται, μόνης δὲ ἀπολαύουσιν αὐτοῦ τῆς βλάβης. οὐκοῦν νοῦν ἔχων οὐδεὶς ἐπιτρέψει τοιούτῳ χρῆσθαι πόματι τοὺς παῖδας, ὃ πρὸς τῷ μηδὲν ἀγαθὸν ἐργάζεσθαι βλάβην ἐξαίσιον ἐφεδρεύουσαν ἔχει.

num accedit. Quare neque jam adultis vinum, nisi modice sumptum, existimandum est utile esse, quod videlicet ad iram praecipites et ad injuriam incontinentes facit, et partem animi rationalem hebetem turbidamque reddit. Caeterum his ipsis ad bilis excrementa vel mitiganda vel expellenda est sane non inutile; non minime vero ad eam siccitatem, quae in solidis partibus aut ex immodicis laboribus aut ex proprio aetatis temperamento provenit, idoneum est vinum. Humectat namque ac nutrit, quicquid immodice siccatum est; tum bilis amarae acrimoniam mitigat ac frangit; praeterea per sudores urinasque vacuat. Pueri vero, ceu qui talem succum minime colligunt, quique naturalem humiditatem plurimam obtinent, ut commodorum, quae vini potio largitur, plane non egent, ita incommoda, quae affert, tantum sentiunt. Nemo itaque rationis compos ea uti potione pueros sinet, quam, praeterquam quod nullum affert commodum, immensum etiam sequitur incommodum.

Ed. Chart. VI. [57.] Ed. Baſ. IV. (228.)

οὐ μὴν οὐδὲ ψυχροῦ πόματος εἰς τὸ παντελὲς εἴργειν κελεύω τοὺς τοιούτους παῖδας, ὥσπερ ἔνιοι ποιοῦσιν, ἀλλ᾽ ἐπί τε σιτίοις τὰ πολλὰ καὶ κατὰ τὰς θερμοτάτας ὥρας, ὅτε ἥξουσιν αὐτοὶ πρὸς τὸ ψυχρὸν, ἐπιτρέπω χρῆσθαι, μάλιστα μὲν, εἰ οἷόν τε, πηγαίῳ προσφάτῳ, μηδεμίαν ἐπίκτητον ἔχοντι μοχθηρὰν ποιότητα, μὴ παρόντος δὲ τοῦ τοιούτου, τοῖς ἄλλοις. φυλάττεσθαι δὲ τὰ λιμναῖα, καὶ θολερὰ, καὶ δυσώδη, καὶ ἁλυκὰ, καὶ ἁπλῶς εἰπεῖν, ὅσα τινὰ ποιότητα κατὰ τὴν γεῦσιν ἐνδείκνυται· χρὴ γὰρ αὐτοῖς ἀποιότατον φαίνεσθαι τὸ κάλλιστον ὕδωρ, οὐ πρὸς τὴν γεῦσιν μόνον, ἀλλὰ καὶ πρὸς τὴν ὀσμήν. εἴη δ᾽ ἂν τὸ τοιοῦτον ἥδιστόν τε ἅμα πίνοντι καὶ ἀκριβῶς καθαρόν. εἰ δὲ καὶ ταχέως ἀποχωρεῖ τῶν ὑποχονδρίων, μηδὲν ζητεῖν ἕτερόν τι βέλτιον, ὡς, ὅσα γε καθαρὰ μέν ἐστι, καὶ λαμπρὰ, καὶ οὐκ ἀηδῆ πινόμενα, παραμένει δὲ ἐπὶ πλέον ἐν τοῖς ὑποχονδρίοις, ἡμιμόχθηρα νομιστέον. ἀπέχεσθαι δὲ τούτων κελεύω τῶν πάμπαν ψυχρῶν, οὐ μὴν θερμοῖς γε χρῆσθαι κωλύω. ἀσφαλέστατον μὲν οὖν κεκρίσθαι τῇ πείρᾳ

A frigidae potione omnino prohibendos hujuſmodi pueros non cenſeo, quod tamen aliqui faciunt, verum a cibo plerumque, et per calores, quum ipſis cordi erit, uti permitto, potiſſimum vero (ſi copia ejus ſit) fontanae recentis, cui nulla qualitas vitioſa aliunde ſit contracta; ea ſi non eſt, reliquarum. Cavendae vero ſunt, quae ex ſtagnis hauriuntur, et quae turbidae, et quae maleolentes, et quae ſalſae, denique in quibus qualitas aliqua guſtu deprehenditur, quando, quae optima eſt, ea penitus non guſtui modo horum, verum etiam olfactui omnis qualitatis expers videbitur. Eadem quoque tum potui jucundiſſima erit, tum plane pura. Quod ſi praecordia quoque celeriter tranſit, nihil eſt, quod magis idoneam requiras, quando, ſi qua pura limpidaque eſt, nec ingrata potui, nihil ſecius tamen circa praecordia haeret, haec ſemivitioſa eſt: atque abſtinendum ab ea cenſeo utique, quum prorſus eſt frigida; caeterum a calefacta non deterreo. Ac tutiſſimum quidem ſit expe-

τὸ τοιοῦτον ὕδωρ. [58] εἰ δὲ κἀκ γνωρισμάτων τις ἐθέλοι προγινώσκειν αὐτοῦ τὴν δύναμιν, ὅσων αἱ πηγαὶ πρὸς ἄρκτον ἐῤῥυήκασιν, ἐκ πετρῶν ἐκθλιβόμεναι, τὸν ἥλιον ἀπεστραμμένον ἔχουσαι, ἀτέραμνά τε καὶ βραδύπορα τὰ τοιαῦτα χρὴ νομίζειν ἅπαντα. εὐθὺς δ᾽ αὐτοῖς ὑπάρχει καὶ τὸ θερμαίνεσθαί τε καὶ ψύχεσθαι βραδέως· ὡς ὅσων γε πρός τε τὰς ἀνατολὰς ἐῤῥώγασιν αἱ πηγαὶ, καὶ διὰ πόρου τινὸς ἢ γῆς διηθεῖται καθαρᾶς, θερμαίνεταί τε καὶ ψύχεται τάχιστα, ταῦτα ἐλπίζειν δεῖ εἶναι κάλλιστα πάσαις ταῖς ἡλικίαις. οὐ γὰρ δὴ, καθάπερ οἴνων τε καὶ σιτίων, καὶ γυμνασίων, ἐγρηγόρσεώς τε καὶ ὕπνων, καὶ ἀφροδισίων ἄλλως ἄλλον ἀπολαύειν προσήκει κατὰ τὰς διαφερούσας ἡλικίας, οὕτω καὶ ὕδατος, ἀλλ᾽, ὅπερ ἄριστον εἴρηται νῦν, τούτῳ χρῆσθαι καὶ παῖδα, καὶ νεανίσκον, καὶ πρεσβύτην, ὥσπερ γε ἀέρα τὸν ἄριστον εἰσπνεῖν ἐν ἅπασιν ὁμοίως χρηστόν. ἄριστον δὲ ἀέρα λέγω τὸν ἀκριβῶς καθαρόν· εἴη δ᾽ ἂν ὁ τοιοῦτος ὁ μήτ᾽ ἐκ λιμνῶν, μήτ᾽ ἐξ ἑλῶν ἀναθυμιάσεως ἐπιθολούμενος, μήτ᾽ ἐκ βαράθρου δηλητήριον αὔραν

rientia ipfa de hujufmodi aqua judicium fieri. Quod fi quis eft, qui ex notis potius facultatem praenoffe malit: cujus fons e petra fcaturiens contra feptentriones fluit, folemque averfum habet, hanc aegre concoctum iri, tardique tranfitus effe putandum eft; eadem nimirum calefiet frigefietque tarde. Contra, cujus ad orientem folem fons erumpit, quaeque per meatum aliquem mundum aut puram colatur terram, eademque caleflt ac refrigeratur ociffime, hanc omni aetati utiliffimam effe exiftimandum eft. Non enim, ficuti vino, efcis, exercitatione, vigiliis, fomno ac venere aliis alias uti pro ratione aetatis expedit, ita de aqua quoque ftatuendum eft, fed, quam nunc optimam indicavimus, hac uti puero, juveni, feni conducet. Idem de aëre judicandum, quem optimum in pulmones trahere omnibus juxta falubre eft. Optimum aërem cenfeo, qui prorfus fit purus. Ejufmodi vero fuerit, qui nec ftagni nec paludis halitu fit obfcuratus, nec ex profundo fpecu peftilentem fpiraverit

ἀτοπνέοντος, ὁποία περί τε Σάρδεις ἐστὶ καὶ Ἱερὰν πόλιν, ἑτέρωθί τε πολλαχόθι τῆς γῆς. οὕτως δὲ καὶ ὅστις ἔκ τινος ὀχετοῦ τῶν καθαιρόντων ἢ μεγάλην τινὰ πόλιν ἢ πολυάνθρωπον στρατόπεδον ἐπιθολοῦται, μοχθηρὸς ἱκανῶς ἐστι· μοχθηρὸς δὲ καὶ ὃς ἂν ἔκ τινος σηπεδόνος ἢ ζώων, ἢ λαχάνων, ἢ ὀσπρίων, ἢ κόπρου μιαίνηται· καὶ μὴν καὶ ὅστις ὁμιχλώδης ἐστὶ διὰ ποταμὸν ἢ λίμνην γειτνιῶσαν, οὐκ ἀγαθὸς, ὥσπερ γε καὶ ὅστις ἂν ἐν κοίλῳ χωρίῳ πανταχόθεν ὑψηλοῖς ὄρεσι περιεχόμενος μηδεμίαν πνοὴν δέχηται, πνιγώδης γὰρ ὅδε καὶ σηπεδονώδης ἐστὶν ἀνάλογον τοῖς ἀποκεκλεισμένοις ἐν οἴκοις τισὶν, ἐν οἷς εὐρὼς ὑπὸ σηπεδόνος τε καὶ ἀπνοίας ἀθροίζεται. οἱ μὲν δὴ τοιοῦτοι ἁπάσαις ταῖς ἡλικίαις λυμαίνονται, ὥσπερ γε καὶ ὁ καθαρὸς ἀκριβῶς ἁπάσαις ταῖς ἡλικίαις ἀγαθός. ἡ δὲ κατὰ θερμότητα καὶ ψυχρότητα, καὶ προσέτι ξηρότητα καὶ ὑγρότητα διαφορὰ τῶν ἀέρων οὐχ ὁμοίως ἔχει πρὸς ἅπαντας, ἀλλὰ τοῖς μὲν εὐκράτοις σώμασιν ὁ εὔκρατος ἄριστος, ὅσα δ' ἂν ὑπό τινος ἐξεχούσης ποιότητος δυναστεύηται,

auram, qualis circa Sardes et Hierapolin, alibique terrarum faepenumero vifitur: nec qui ex cloacis, quae magnam aliquam urbem aut numerofum exercitum purgent, vitium contraxit: nec qui ex animalium, olerum aut leguminum putredine, aut fimo coinquinatur: nec qui ob ftagnum vel flumen vicinum nebulofus eft: nec qui editis undique montibus in cavo loco claufus nullum recipit perflatum; fuffocans enim putrisque eft, fimilis ei, qui in domibus quibufdam eft inclufus, in quibus ob putredinem et perflatus defectum plurimus acervatur fitus. Hujufcemodi ergo aër omni plane aetati eft noxius, ficut e diverfo, qui purus omnino eft, nulli non aetati eft utilis. At vero quae ex calore, frigore, ficcitate, humiditate diverfitas aëris contingit, non proinde fe ad omnes homines habet. Sed corporibus, quae optimo temperamento funt, etiam optime temperatus aër eft faluberrimus; in quibus vero aliqua exuperans qualitas domi-

τούτοις ἄριστος ὁ ἐναντιώτατος τῇ κρατούσῃ, ψυχρὸς μὲν τῇ θερμῇ, θερμὸς δὲ τῇ ψυχρᾷ, καὶ δὴ καὶ τῇ μὲν ὑγροτέρᾳ ξηρὸς, τῇ δὲ αὐχμηροτέρᾳ τοῦ προσήκοντος εἰς τοσοῦτον ὑγρότερος, εἰς ὅσον κἀκείνη τοῦ συμμέτρου ξηροτέρα. ταυτὶ μὲν ἐν τῷδε τῷ λόγῳ γινώσκειν (229) ἱκανά· ὥσπερ δ' ἄν τις ἐπανορθοίη τὰς ἐκ τῶν μοχθηρῶν ὑδάτων τε καὶ ἀέρων βλάβας, ἐν ἑτέρῳ βιβλίῳ ῥηθήσεται. νυνὶ γὰρ οἷον σκοπόν τινα καὶ κανόνα την ἀρίστην κατασκευὴν τοῦ σώματος ἐπὶ τοῖς ἀρίστοις διαιτήμασι διελθεῖν ἔγνωκα· τὰς δὲ τῶν ἡμαρτημένων κατά τι σωμάτων ἅμα καὶ διαιτημάτων ὑπαλλάξεις ἐν τοῖς μετὰ ταῦτα γράμμασιν ἁπάσας διαιρήσομεν.

Κεφ. ιβ'. Πάλιν οὖν ὁ λόγος ἐπὶ τὸν ἄριστα κατεσκευασμένον παῖδα ἐπανελθὼν τὴν ἀπὸ τῆς πρώτης ἑβδομάδος ἡλικίαν αὐτοῦ μέχρι τῆς δευτέρας ἐκδιηγείσθω, κατά τε τὴν κρᾶσιν ὁποία τίς ἐστι καὶ ὧν τινων χρῄζει διαιτημάτων. ἡ μὲν δὴ κρᾶσις, ὡς κἀν τοῖς περὶ κράσεων ὑπομνήμασι δέδεικται, θερμὴ μέν ἐστιν ὁμοίως,

natur, iis utilissimus aër est, qui ei qualitati maxime est adversus, frigidus calidae, calidus frigidae, humidiori siccus, sicciori, quam par est, tanto humidior, quanto siccitas ipsa modum excessit. Atque haec quidem hoc loco intellexisse sat est. Quemadmodum vero noxas, quae ex vitiosis aëre aquisque proveniunt, corrigas, alio volumine dicetur. Nunc enim optimum corporis statum simul cum optima victus ratione ceu scopum ac regulam quandam tractare constitui. Quae enim vitiosa in aliquo corpore sunt, horum varietates omnes una cum idonea ipsis victus ratione in sequentibus libris persequemur.

Cap. XII. Quare rursus ad optimi status puerum reversi, ejus aetatem a primo septenario usque ad secundum explicemus, et cujus temperamenti sit, et quodnam postulet victus genus. Ergo temperamentum ejus, ut in libris, quos de temperamentis scripsimus, evidenter ostendimus, calidum est eodem gradu, quo prius, humidum

[59] ὑγρὰ δὲ οὐχ ὁμοίως. ἀεὶ γὰρ ἀπὸ τῆς πρώτης γενέσεως ἅπαν ζῶον ὁσημέραι γίνεται ξηρότερον, οὐ μὴν θερμότερόν γε ἢ ψυχρότερον ὡσαύτως ἐπὶ πάσαις ἡλικίαις. ἀλλ᾽ ὅσα μὲν ἄριστα κατεσκεύασται σώματα, παραπλησία πως ἡ θερμότης ἐπὶ τούτων ἄχρι τῆς ἀκμῆς παραμένει· ὅσα δὲ ὑγρότερα καὶ ψυχρότερα τῶν ἀρίστων ἐστὶν, αὐξάνεται τούτων ἡ θερμότης. ἀλλ᾽ ὅ γε νῦν λόγος οὐχ ὑπὲρ ἐκείνων ἐστίν. ὁ δὲ ἄριστα κατεσκευασμένος ἐκεῖνος ἄχρι τῆς τεσσαρεσκαιδεκαέτιδος ἡλικίας ἐν τῇ προειρημένῃ διαίτῃ φυλαττέσθω, γυμναζόμενός τε μήτε πάνυ πολλὰ μήτε βίαια, μή πως αὐτοῦ τὴν αὔξησιν ἐπίσχωμεν, καὶ λουόμενος ἐν θερμοῖς μᾶλλον ἢ ψυχροῖς λουτροῖς, οὔπω γὰρ οὐδὲ τούτων ἀλύπως ἀνέχεσθαι δυνήσεται. πλαττέσθω δὲ καὶ τὴν ψυχὴν ἐν τῷδε τῆς ἡλικίας καὶ μάλιστα δι᾽ ἐθισμῶν καὶ σεμνῶν μαθημάτων, ὅσα μάλιστα ψυχὴν ἐργάζεσθαι κοσμίαν ἱκανά· πρὸς γὰρ τὰ μέλλοντα κατὰ τὴν ἑξῆς ἡλικίαν αὐτοῦ περὶ τὸ σῶμα πραχθήσεσθαι μέγιστον ἐφόδιόν ἐστιν ἡ εὐκοσμία τε καὶ εὐπείθεια. μετὰ δὲ τὴν

vero non eodem. Quandoquidem omne animans ab ipfo ftatim ortu ficcius in dies efficitur, minime tamen per omnes aetates aut calidius aut frigidius evadit. Sed quorum optime fe habent corpora, iis calor fimilis quodammodo usque ad fummum incrementum manet; quorum vero humida frigidaque fupra optimae conditionis corpus funt, horum calor augetur. Sed non eft nunc de his fermo. Cui vero optime conftitutum corpus obtigit, is ad quartum decimum usque annum jam traditam victus rationem obfervet, non autem immodice aut violenter fe exerceat, ne corporis inhibeat incrementum. Lavetur autem calida potius, quam gelida, ut qui nondum hanc citra noxam poterit fuftinere. Hac aetate animum quoque formet, idque potiffimum probis confuetudinibus et gravibus difciplinis, quae animo modeftiam pariant. Quippe ad ea, quae fequente aetate circa corpus ejus moliri oportebit, maximo compendio fit animi modeftia et ad parendum facilitas. A fecundo vero feptennio

δευτέραν ἑβδομάδα μέχρι τῆς τρίτης εἰ μὲν εἰς τὴν ἄκραν εὐεξίαν ἄγειν αὐτὸν ἐθέλοις, ἤτοι στρατιώτην τινὰ γενναῖον, ἢ παλαιστικὸν, ἢ ὁπωσοῦν ἰσχυρὸν ἀπεργάσασθαι βουλόμενος, ἧττον τῶν τῆς ψυχῆς ἀγαθῶν, ὅσα γε εἰς ἐπιστήμην τινὰ καὶ σοφίαν ἄγει, προνοήσῃ. τὰ μὲν γὰρ εἰς ἦθος ἐν τῷδε μάλιστα τῆς ἡλικίας ἀκριβωθῆναι προσήκει. εἰ δὲ τὰ μὲν κατὰ τὸ σῶμα μέχρι τοῦ κρατυνθῆναι τὰ μόρια καὶ περιποιῆσαί τινα ἕξιν ὑγιεινὴν καὶ αὐξῆσαι προαιροῖο, τὸ δὲ λογικὸν τῆς ψυχῆς τοῦ μειρακίου κοσμῆσαι σπουδάζοις, οὐ τῆς αὐτῆς ἐπ᾽ ἀμφοῖν διαίτης δεήσῃ. καίτοι καὶ τρίτον ἂν καὶ τέταρτον εἶδος βίου εὑρεθείη ποτὲ, τῶν μὲν ἐπί τινα βάναυσον ἀφιγμένων τέχνην, καὶ ταύτην ἤτοι γυμνάζουσαν, ἢ ἀγύμναστον φυλάττουσαν τὸ σῶμα, τῶν δὲ ἐπὶ γεωργίας, ἢ ἐμπορίας, ἤ τι τοιοῦτον ἕτερον. ὥστε καὶ χαλεπὸν εἶναι δοκεῖ ἀριθμῷ τινι περιλαβεῖν πάσας τῶν βίων τὰς ἰδέας. τῆς μὲν γὰρ ὑγιεινῆς τέχνης ἐπάγγελμά ἐστιν ἅπασιν ἀνθρώποις ὑποθήκας διδόναι πρὸς

usque ad expletum tertium, fi quidem ad robuftiffimum corporis habitum provehere hominem cupis, aut militem eum ftrenuum, aut luctatorem, aut alias viribus infignem deftinans, utique de iis animi dotibus, quae ad fcientiam fapientiamque pertinent, minus laborabis. Quae enim ad mores fpectant, hac maxime aetate perfici abfolvique convenit. Sin corporis membra roborare hactenus cupis, dum fanum quendam habitum et incrementum iis compares, animi vero rationalem partem adolefcentis ornare cupis, non eft utrobique eadem victus ratio ex ufu. Quanquam etiam tertiam quartamque vitae formulam licet invenire, aliis fordidarum cuilibet artium deditis, idque vel ei, quae corpus exerceat, vel alienum ab exercitio id teneat, aliis ad agriculturam, vel mercaturam, vel tale quippiam fe conferentibus; quae genera tot numero funt, ut difficile certe videatur omnes vitae fpecies certo numero complecti. Ac ars quidem, quae fanitatem tuendam profitetur, omnibus profecto hominibus fanitatis

Ed. Chart. VI. [59.] Ed. Baf. IV. (229.)

ὑγίειαν, ἤτοι καθ᾽ ἕκαστον ἰδίας, ἢ κοινῇ σύμπασιν ἁρμοττούσας, ἢ τὰς μέν τινας ἰδίας αὐτῶν, τὰς δὲ κοινάς. οὐ μὴν ἐγχωρεῖ περὶ πάντων ἅμα διελθεῖν, ἀλλὰ πρῶτον μὲν, ὡς ἄν τις ἐπὶ μήκιστον ἐκτείνων τὴν ζωὴν ὑγιαίνῃ τὰ πάντα· χρὴ δ᾽, οἶμαι, τὸν τοιοῦτον βίον ἁπάσης ἀναγκαίας πράξεως ἀποκεχωρηκέναι, μόνῳ σχολάζοντα τῷ σώματι· δεύτερον δὲ μεθ᾽ ὑποθέσεως ἢ τέχνης, ἢ πράξεως, ἢ ἐπιτηδεύματος, ἢ ὑπηρεσίας τινὸς, ἤτοι πολιτικῆς, ἢ ἰδιωτικῆς, ἢ ὅλως ἀναγκαίας ἀσχολίας. οὐ δὴ γὰρ ἄλλως ἂν εἴη σαφὴς ὁ λόγος, οὔτ᾽ εὐμνημόνευτος, οὔτε μεθόδῳ περαινόμενος ἡμῖν γίνοιτο χωρὶς τῆς εἰρημένης ἄρτι τάξεως. ἐπὶ δὲ τὴν πρώτην ἀνέλθωμεν ὑπόθεσιν, ἐπιδείξωμέν τε, ὅπως ἄν τις ἀρίστης τυχὼν κατασκευῆς σώματος, ἀποχωρήσας ἁπάντων τῶν κατὰ τὸν βίον εἰς τὸ κοινὸν συντελούντων, ἑαυτῷ μόνῳ ζήσειε, μήτε νοσήσας μηδέποτε, καθόσον οἷόν τε, μήτε ἀποθανὼν ἔμπροσθεν τοῦ μηκίστου χρό-

tuendae documenta pollicetur, aut ſingulorum propria, aut omnium communia, aut haec quidem propria, illa vero communia. Veruntamen fieri nequit, ut de omnibus ſimul diſſeratur, ſed primo loco, quemadmodum quis, ad longiſſimum prolata vita, etiam bona valetudine perpetuo utatur. (Sane hanc vitam ab omni ex neceſſario negotio liberam eſſe oportet, ac ſoli corpori vacare.) Secundo loco, ut de iis, quae cum arte aliqua, aut opere, aut vitae inſtituto, aut miniſterio privato publicove, in ſumma, quae cum premente aliquo negotio conjunctae ſunt. Sic utique fieri poteſt, ut de omnibus diſſeratur. Neque enim aliter aut dilucidus, aut memoratu facilis, aut certa methodo traditus ſermo noſter videatur, niſi hunc ordinem ſequatur. Sed ad id, quod primo loco propoſitum eſt, revertendum, docendumque, quemadmodum, qui optimum corporis habitum eſt nactus, ab omnibus, quae ad publicum in vita ſpectant, ſecedens, ac ſibi ſoli vivens, nec morbo uno, quoad fieri poteſt, unquam tentetur, nec ante longiſſimum vitae tempus morte oc-

νου τῆς ζωῆς. ἄφθαρτον μὲν γὰρ ποιῆσαι τὸ γεννητὸν οὐχ οἷόν τε, κἂν ὅτι μάλιστα τῶν καθ᾽ ἡμᾶς νῦν τις ἀνὴρ φιλόσοφος ἐπειρᾶτο δεικνύναι τοῦτο διὰ τοῦ θαυμασίου τούτου συγγράμματος, ἐν ᾧ διδάσκει τὴν ὁδὸν τῆς ἀθανασίας. ἐπὶ πλεῖστον δὲ χρόνον προσήκει ἐγχωρεῖν ποιῆσαι τὸ σῶμα, καὶ μάλιστα τοῦ κάλλιστα πεφυκότος. [60] ἔνια γὰρ οὕτως εὐθὺς ἐξ ἀρχῆς κατεσκεύασται κακῶς, ὡς μηδ᾽ εἰς ἑξηκοστὸν ἔτος ἀφικέσθαι δύνασθαι, κἂν αὐτὸν αὐτοῖς ἐπιστήσῃς τὸν Ἀσκληπιόν. ἀλλ᾽ οὐ νῦν περὶ ἐκείνων ὁ λόγος. ἐπὶ δὲ τὸν κατεσκευασμένον ἄριστα πάλιν ἐπανελθόντες ἀναμνήσωμεν ὧν ἐν ἀρχαῖς ἀπεδείξαμεν, ὡς ἐσθίειν μὲν καὶ πίνειν ἀναγκαῖον ἡμῖν, ἐπειδὴ διαπαντὸς ἀποῤῥεῖ τι τοῦ σώματος ἡμῶν, ἐπεὶ δὲ ἐσθίομέν τε καὶ πίνομεν, ἀναγκαῖον αὖθίς ἐστιν τῆς τῶν περιττωμάτων προνοεῖσθαι κενώσεως. ἐπεὶ δὲ τούτων ἐστὶν εἴδη πολλὰ, τὰ μὲν τῆς ἐν τῇ γαστρὶ πεπτομένης τροφῆς, τὰ δὲ τῆς ἐν ἥπατι καὶ ἀρτηρίαις καὶ φλεψὶ, τὰ δὲ τῆς καθ᾽ ἕκαστον μόριόν ἐστι

cupetur. Immortale namque fieri, quod genitum eſt, plane non poteſt, tametſi noſtri temporis philoſophus quidam in egregio ſcilicet opere illo, in quo immortalitatis vitam docet, id oſtendere ſit aggreſſus. Ut vero corpus in plurimum perduret tempus, id vero fieri poſſe profecto convenit, praeſertim ejus, qui optima ſit natura. Sunt enim qui ab ipſo ortu adeo improſpero corporis ſint ſtatu, ut, ne ſi Aeſculapium quidem ipſum iis praefeceris, vel ſexageſimum annum videant. Sed non eſt nunc de his locus. Quare ad illum hominem potius, qui optimo eſt habitu, reverſi repetamus ea, quae inter initia demonſtravimus, nempe quod comeſſe bibereque nobis neceſſe eſt, propterea quod e corpore noſtro aliquid ſemper defluit; quum vero edendum nobis bibendumque ſit, neceſſe rurſus eſt excrementorum excernendorum curam rationemque haberi. Horum vero quum variae ſint ſpecies, aliae eorum, quae in ventriculo perficiuntur, aliae eorum, quae in jecinore, arteriis et venis, aliae ejus quod per ſingula membra diſtribuitur

Ed. Chart. VI. [60.] Ed. Baf. IV. (229.)

περιττώματα, χρὴ δήπου καὶ τὴν κένωσιν αὐτῶν ἰδίαν εἶναι καθ' ἕκαστον, ὥσπερ γε καὶ ἡ φύσις αὐτὴ φαίνεται τοῦτ' ἐξ ἀρχῆς ἐργασαμένη. παρεσκεύασε γὰρ τοῖς ζώοις ὄργανα πολλὰ, τὰ μὲν ἐκκαθαίροντά τε καὶ διακρίνοντα ταυτὶ τὰ περιττώματα, τὰ δὲ παράγοντα, τὰ δὲ ἀθροίζοντα, τὰ δὲ ἐκκρίνοντα. καὶ λέλεκται μὲν ὑπὲρ ἁπάντων ἐπὶ πλέον ἔν τε τοῖς τῶν φυσικῶν δυνάμεων ὑπομνήμασι κἀν τοῖς περὶ χρείας μορίων· ἐν δὲ τῷ παρόντι ἔσται καὶ ταῦθ' ἡμῖν ὑπόθεσις τῶν λόγων. τὸ μὲν γὰρ πρῶτον περίττωμα διακρίνεταί τε καὶ προπέμπεται κατὰ βραχὺ διὰ πάντων τῶν ἐντέρων ἄχρι τῆς κατὰ τὸ καλούμενον ἀπευθυσμένον ἀξιολόγου κοιλότητος, ἧς κατὰ τὸ πέρας ἐπίκεινται μύες, εἴργοντές τε καὶ κατέχοντες ἔνδον αὐτὸ, καὶ κωλύοντες ἀκαίρως ἐκρεῖν· ἐπειδὰν δ' ἱκανῶς ἀθροισθὲν ἀνιαρὸν ᾖ τῷ ζώῳ, τηνικαῦτα παρίασιν ἔξω φέρεσθαι, συντελούντων πρὸς τὸ τάχος τῆς ἀφόδου τῶν κατ' ἐπιγάστριον μυῶν ἅμα τῷ διαφράγματι. τὸ δ' ἐν ἥπατι περίττωμα, τὸ

alimenti, fane cujusque fuam effe vacuationem oportet, ficuti id ipfum ab initio inftituiffe natura videtur, quae inftrumenta animalibus contulit, alia, quae excrementa ipfa expurgent ac feparent, alia, quae deducant, alia, quae in unum colligant, alia, quae excernant, de quibus omnibus tractatum nobis fufius eft in iis commentariis, quos de naturalibus facultatibus, et quos de partium animalis ufu infcripfimus. Nunc hypothefeos loco haec praefumenda funt ad ea, quae paramus. Primum namque excrementum et a fincero feparatur, et paulatim impellitur per omnia inteftina usque ad fatis capax fpatium, quod in eo inteftino vifitur, quod rectum appellant; ad cujus exitum mufculi quidam funt inferti, qui ipfum coërceant, intusque detineant, ac intempeftive effluere vetent. Quum vero abunde congeftum jam grave animali fuerit, tum foras agi finunt, ad celeritatem emiffionis etiam abdominis mufculis una cum diaphragmate adjuvantibus. Iecinoris excrementorum aliud eft, quale quod

μὲν οἷόν περ τὸ καλούμενον ἄνθος ἐν τοῖς οἴνοις ἐστὶ, τὸ δ' οἷόν περ ἡ τρύξ. ἕλκεται δὲ τὸ μὲν ἕτερον ὑπὸ τῆς ὑποκειμένης τῷ σπλάγχνῳ κύστεως, τὸ δ' ἕτερον ὑπὸ τοῦ σπληνός· ἀθροισθέντα δὲ ἐν τούτοις ἐκκρίνεται, τὸ μὲν εἰς τὴν ἀρχὴν τῶν λεπτῶν ἐντέρων, τὸ δ' εἰς αὐτὴν τὴν γαστέρα, καὶ ἀπὸ τούτων ἤδη διὰ πάντων τῶν ἐντέρων ἅμα τῷ ξηροτέρῳ περιττώματι τῆς τροφῆς διεξέρχεται. τὸ δὲ ἐν φλεψὶ καὶ ἀρτηρίαις περίττωμα τοιοῦτόν ἐστιν, οἷον ὀῤῥὸς ἐν τῷ πηγνυμένῳ γάλακτι. καθήραντες δὲ καὶ τοῦτο οἱ νεφροὶ τῇ κύστει παραπέμπουσιν· ἡ δ' ἀθροίζει τρόπον ὁμοιότατον τῷ πρόσθεν εἰρημένῳ περὶ τοῦ ξηροῦ περιττώματος· ἐπίκειται γάρ τις καὶ τῇδε κατὰ τὸν ἔκρουν ἐπικάρσιος μῦς, κλείων οὕτως ἀκριβῶς τὸ στόμιον, ὡς μηδὲν ἔξω παραῤῥεῖν. ἐπειδὰν δὴ καὶ τοῦθ' ἱκανῶς ἤδη γινόμενον ἀνιᾷ τὸ ζῶον, ἀφίσταται μὲν ὁ μῦς τῆς φρουρᾶς, ἀνιείς τε καὶ χαλῶν ἑαυτόν, ἐκκρίνει δὲ τὸ περιττὸν ἅπαν ἡ κύστις, ἐπιβοηθούντων αὖ καὶ τῇδε πρὸς τὸ τάχος τῆς τῶν ξηρῶν περιττωμάτων ἐξόδου μυῶν τῶν κατὰ τὸ ἐπιγάστριον.

florem in vino appellant, aliud, quale quod faex dicitur. Attrahitur alterum a veficula, quae jecinori fubjicitur, alterum a liene. In his collecta excernuntur, alterum in priorem tenuis inteftini partem, alterum in ventriculum: ab hisque jam per omnia inteftina, unaque cum ficciori alimenti excremento permeant. Quod autem in venis et arteriis excrementum acervatur, ejusmodi plane eft, quale in lacte concreto ferum. Hoc renes a fanguine fecernentes ad veficam tranfmittunt. Ea porro id colligit, fervatque ad eundem ferme modum, quem de ficco excremento fupra retulimus. Quippe adnafcitur hic quoque ad exitum ipfum mufculus quidam tranfverfus, qui ofculum veficae ita ad unguem comprimit, ut inde nihil effluat. Poftquam vero hujus quoque collecta jam copia animal urget, illico fe remittens laxansque ftatione cedit. Vefica vero omne excrementum excernit, rurfus hic quoque, ut ad celeritatem exitus ficcorum excrementorum, auxiliantibus mufculis iis, qui in abdomine funt fiti.

τὸ δ᾽ ὑπόλοιπον γένος τῶν περιττωμάτων γίνεται μὲν ἐν ἑκάστῳ μορίῳ τοῦ τρέφοντος αὐτὰ χυμοῦ, τὸ μὲν οἷον ἡμίπεπτόν τι λείψανον, ἀδυνατῆσαν ἐξομοιωθῆναι τῷ τρεφομένῳ, τὸ δ᾽, ὅπερ ἦν ἔμπροσθεν ἀναδόσεως ὄχημα, πληρῶσαν τὴν χρείαν, ὑγρὸν καὶ λεπτὸν ὂν, οἷόν περ τὸ (230) προειρημένον ὀῤῥῶδες, ἐκ τῶν ἀγγείων εἰς τὴν κύστιν περιῤῥεῖ. τούτῳ τῷ περιττώματι πόρος μὲν οὐδείς ἐστιν ἀποτεταγμένος ὑπὸ τῆς φύσεως, ἐκκρίνεται δὲ διά τε τῶν μαλακῶν σωμάτων φερόμενον, εἰκόντων αὐτοῦ τῇ ῥύμῃ, [61] καὶ μάλισθ᾽ ὅταν ὑπὸ πνεύματος ἀθροωτέρου ὁρμήσαντος ὠθῆται, καὶ μέντοι καὶ διὰ τῶν σμικρῶν ἁπάντων πόρων, ὧν ἐστι πλῆρες ὅλον τε τὸ σῶμα καὶ σύμπαν τὸ δέρμα. λέλεκται δ᾽ ὑπὲρ τῆς γενέσεως αὐτῶν ἐν τοῖς περὶ κράσεων. τὸ μὲν δὴ λεπτότατον περίττωμα ῥαδίως ἐκκρίνεται, πρός τε τῆς ἐμφύτου θερμότητος εἰς ἰδέαν ἀτμοῦ λυόμενον, ὑπό τε βιαίας κινήσεως ἀθρόως ἐκρηγνύμενον. ὀνομάζεται δὲ τὸ μὲν οὕτως ἐκκριθὲν ἱδρώς· τὸ δὲ ἕτερον,

Reliquum excrementorum genus in fingulis animalis nafcitur partibus ex ipfo unde aluntur fucco: aliud quidem ceu femicoctae quaepiam reliquiae, quae affimilari nutriendae parti nequierunt: aliud, quod prius tranfmittendi alimenti fuit vehiculum, nunc functum officio, humidum tenueque fupereft: quale nimirum ferofum illud jam dictum, quod ex vafis in veficam defluit. Huic excremento nullus certus a natura praefcriptus meatus eft: expellitur tamen partim actum per ipfa molliora corpora, quae fluentis ejus violentiae cedunt, potiffimum quum a fpiritu majore impetu irruente impellitur, partim etiam per exiguos omnes corporeae molis meatus, quorum non modo reliquum corpus univerfum, fed etiam tota cutis plena eft. Dictum autem nobis de generatione horum eft in libris, quos de temperamentis edidimus. Ergo tenuiffimum hujus generis excrementum facile fane ejicitur, partim in fpeciem halitus ab infito calore folutum, partim violento motu confertim erumpens. Appellant vero, quod ita excernitur, fudorem. Alterum vero,

οὐδὲν ἔχον ὄνομα, ὅτι οὐδὲ γινώσκεται τοῖς πολλοῖς, ἅτε τὴν ὄψιν ἐκφεῦγον ὑπὸ λεπτότητος, ἄδηλος αἰσθήσει διαπνοὴ κέκληται πρὸς αὐτῶν τῶν φωρασάντων αὐτὸ τῷ λογισμῷ. κατὰ τήνδε τὴν ἄδηλον αἰσθήσει διαπνοὴν ἐκκρίνεταί τι καὶ τοῦ παχυτέρου περιττώματος. ἰσχυροτέρας δὲ δεῖ τῷδε καὶ τῆς ἀγούσης θερμότητος, καὶ τῆς ὠθούσης ῥύμης, ἢ κίνδυνος αὐτῷ στῆναι κατά γε τὸ δέρμα, πρὶν ἐξαφικέσθαι πρὸς τὸ πέρας. ἐκ τούτου τοῦ περιττώματος ἥ τε τῶν τριχῶν ἐδείκνυτο γένεσις, οὐχ ἥκιστα δὲ καὶ ὁ περὶ τοῖς δέρμασιν ἀθροιζόμενος ἅπασι ῥύπος. εἴρηταί μοι σχεδὸν τὰ ἀναγκαῖα ἅπαντα τοῦ λόγου κεφάλαια τῆς τῶν περιττωμάτων γενέσεώς τε ἅμα καὶ κενώσεως, ἀποδεδειγμένα μὲν ἐν ἑτέραις πραγματείαις, ὧν ὀλίγον ἔμπροσθεν ἐμνημόνευσα, μελλήσοντα δ' ὑπόθεσις ἀναγκαία γενήσεσθαι τοῖς νῦν ἐνεστηκόσι λόγοις. ἐπειδὴ γὰρ ἐκκενοῦσθαι χρὴ ταῦτα, μοχθηρὰ ταῖς ποιότησιν ὑπάρχοντα, κἂν Ἀσκληπιάδης μὴ βούληται, χρὴ πρῶτον μὲν ἐπίστασθαι τὰς αἰτίας αὐτῶν τῆς ἐπισχέσεως, ἐφεξῆς δὲ πειρᾶσθαι μήτε περιπίπτειν αὐταῖς, εἰ

cui nullum nomen eft, quod videlicet nec vulgo eft cognitum, ut quod confpectum prae tenuitate effugiat, qui id ratione contemplati funt, iis perfpiratio fenfum latens vocatur. In hac infenfibili perfpiratione etiam craffioris excrementi nonnihil excernitur. Huic autem et vehementiore deducente calore, et impetu impellente majore opus eft, quum alioqui periculum fit, ne ante itineris finem confiftat, faltem ad cutim. Ab hoc excremento tum pilis originem effe oftenfum nobis eft, tum vero iis, quae circa omnium cutim femper acervantur, fordibus. Ac dicta ferme nobis univerfa funt tum generationis, tum etiam expulfionis excrementorum neceffaria capita; quae in aliis noftris operibus, quorum proxime meminerimus, fuere demonftrata, hypothefes opportunae funt iis, quae nunc molimur. Nam quoniam excerni haec oportet, utpote quae vitiofa qualitate fint, tametfi Afclepiades reclamet, convenit (arbitror) primum noviffe, quibus maxime caufis morentur, dein rationem inire, qua

δὲ καὶ περιπέσοιμέν ποτε, διὰ ταχέων ἐπανορθοῦσθαι τὸ σφάλμα πειρᾶσθαι. τὸ μὲν δὴ μὴ περιπίπτειν ἐκ τοῦ γινώσκειν, πότερον αὐτάρκως ἀποκρίνεται, ἢ μὴ, περιγίνεται· τὸ δ᾽ ἐπανορθοῦσθαι μεθόδου τινὸς ἑτέρας προσδεῖται.

Κεφ. ιγ'. Λεγέσθω δὴ πρῶτον μὲν, ὑφ᾽ ὧν ἴσχεται τῶν εἰρημένων ἐκκρίσεων ἑκάστη· δεύτερον δὲ, ὅπως ἄν τις ἐπεσχημένην αὐτὴν προτρέψαι. ἡ μὲν δὴ τῶν περὶ τὴν γαστέρα περιττωμάτων ἐπίσχεσις ἤτοι διὰ τὰ λαμβανόμενα σιτία τε καὶ ποτὰ γίγνοιτ᾽ ἂν, ἢ διὰ τὴν γαστέρα μετὰ τῶν ἐντέρων· διὰ μὲν τὰ σιτία καὶ ποτὰ, παρά τε τὴν ποιότητα καὶ ποσότητα τῶν ληφθέντων, ἔτι τε πρὸς τούτοις τάξιν τε καὶ τὸν τρόπον τῆς χρήσεως· παρὰ μὲν τὴν ποιότητα, στρυφνῶν, ἢ αὐστηρῶν, ἢ ξηρῶν ταῖς συστάσεσιν ὑπαρχόντων· παρὰ δὲ τὴν ποσότητα, τοῦ προσήκοντος πλειόνων ἢ ἐλαττόνων· παρὰ δὲ τὴν τάξιν, εἰ τὰ μὲν ξηρὰ καὶ στύφοντα πρότερον, τὰ δὲ ὑγρὰ καὶ λιπαρὰ καὶ γλυκέα δεύτερα προσενέγκαιτο· παρὰ δὲ τὸν τρόπον τῆς χρήσεως, εἰ, δέον δὶς

nec in ipfas incidatur, ac, fi quando inciditur, quamprimum error corrigatur. Atque ne incidatur quidem, hinc licet affequamur utique, fi, excreta abunde fint, necne, compertum habuerimus; ut vero erratum jam corrigatur, alia quadam methodo eft opus.

Cap. XIII. Dicamus itaque primum, a quibus maxime remorentur dictorum excrementorum fingula; mox, quo pacto, quod retentum eft, extrudatur. Ergo iis quae in ventriculo continentur excrementis mora contingit, aut ipfius cibi potusque vitio, aut ipfius ventriculi una cum inteftinis. Et cibi quidem potusque vitio, aut propter qualitatem eorum, aut quantitatem, ad haec ordinem utendique modum. Et propter qualitatem quidem, fi acerba, auftera, aut ficcae naturae fuerint. Propter quantitatem, fi jufto plura aut pauciora funt affumpta. Ordinis errore, fi, quae ficca adftringentiave funt, primo, quae humida, pinguia et dulcia, fecundo loco funt fumpta. Modi ufus ratione, fi, quum bis fuit edendum,

σιτεῖσθαι, πᾶσαν εἰς ἅπαξ προσενέγκαιτο τὴν τροφήν. ἡ δὲ περὶ τὴν γαστέρα τε καὶ τὰ ἔντερα τῆς ἐπισχέσεως τῶν περιττωμάτων αἰτία διά τε τὴν φύσιν αὐτῶν καὶ διὰ τὴν ἐπίκτητον γίνεται διάθεσιν. αἱ μὲν δὴ περὶ τὴν φύσιν αὐτῶν αἰτίαι μοχθηρῶν εἰσι τοῦ σώματος κατασκευῶν, ὡς ἐν τῷ περὶ ἐκείνων εἰρήσεται λόγῳ· περὶ δὲ τῶν ἐπικτήτων ἐν τῷδε ῥητέον. ὀκτὼ διαφοραὶ τῶν τῆς γαστρὸς προσφάτων εἰσὶ διαθέσεων, ἅπασαι δυσκρασίαι κατὰ γένος ὑπάρχουσαι, τέσσαρες μὲν ἁπλαῖ, θερμότης, ψυχρότης, ξηρότης καὶ ὑγρότης, [62] τέσσαρες δὲ ἄλλαι σύνθετοι, θερμότης τε ἅμα καὶ ξηρότης, καὶ θερμότης ἅμα ὑγρότητι, καὶ ψυχρότης ἅμα καὶ ξηρότης, καὶ ψυχρότης ἅμα ὑγρότητι. χρὴ δὲ εἰς τοσοῦτον ἥκειν μεγέθους ἑκάστην τῶν δυσκρασιῶν, ὡς ἀσθενῆ φανερῶς ἐργάσασθαι τὴν προωστικὴν δύναμιν, ἤτοι τῆς γαστρὸς μόνης, ἢ τῶν λεπτῶν ἐντέρων, ἢ τῶν παχέων, ἢ καὶ συμπάντων ἅμα τῶν εἰρημένων, ἤ τινων ἐν αὐτοῖς. συνίστανται δ᾽ αἱ τοιαῦται δυσκρασίαι ποτὲ μὲν ἀπὸ τῶν εἴσω τοῦ σώματος λαμβανομένων, ἔστι δ᾽ ὅτε καὶ ἀπὸ τῶν ἔξωθεν προσπιπτόντων· ἀπὸ μὲν τῶν εἴσω τοῦ

totum femel fumpferit alimentum. Quae vero ventriculi inteftinorumve vitium fequitur excrementi mora, vel ob naturalem eorum affectum accidit, vel certe acquifititium. Ac quae quidem naturae eorum vitio caufae proveniunt, ex pravis corporis habitibus funt, ficuti, ubi de his agemus, dicetur. De acquifititiis hoc loco agemus. Laedentium ventris affectuum octo funt differentiae, fingulae ipfo genere intemperies; et quatuor quidem fimplices, calor, frigiditas, ficcitas, humiditas; quatuor compofitae, calor una cum ficcitate, idem cum humiditate, frigus adjunctum ficcitati, idem cum humiditate. Sane eo crevifle magnitudinis harum quamlibet oportet, ut jam imbecillam reddiderit expultricem vim, aut ventriculi tantum, aut gracilium inteftinorum, aut craffiorum, aut etiam omnium fimul, aut ex his quorundam. Creantur porro ejusmodi intemperies modo ab iis, quae intro in corpus fumuntur, modo ab iis, quae foris incidunt. Et ab iis,

σώματος, ὁπόταν ἐν ταῖς τροφαῖς ἢ τοῖς πόμασι φαρμακωδεστέρα τις ᾖ δύναμις, ἢ θερμαινόντων, ἢ ψυχόντων, ἢ ξηραινόντων, ἢ ὑγραινόντων, ἢ θερμαινόντων τε ἅμα καὶ ξηραινόντων, ἢ καὶ κατ᾽ ἄλλην τινὰ συζυγίαν ἐνεργούντων· ἀπὸ δὲ τῶν ἔξωθεν προσπιπτόντων, ἤτοι τοῦ περιέχοντος ἡμᾶς ἀέρος ἀμέτρως θερμαίνοντος, ἢ ψύχοντος, ἢ ξηραίνοντος, ἢ ὑγραίνοντος, ἢ κατὰ συζυγίαν τινὰ τούτων ἐνεργοῦντος, ἢ ἀπό τινος ὕδατος, ἐν ᾧ τις ἔτυχε λουσάμενος, ἢ ἀλείμματός τινος, ἢ ἁπλῶς ὅτου δή τινος ἑτέρου προσπεσόντος ἔξωθεν τῇ γαστρὶ, θερμαίνειν, ἢ ψύχειν, ἢ ξηραίνειν, ἢ ὑγραίνειν ἀμέτρως δυναμένου. διὰ ταύτας μὲν δὴ τὰς αἰτίας ἐπέχεται γαστήρ. τὸ δὲ πικρόχολον περίττωμα διά τε τὴν ἀῤῥωστίαν τῆς ἑλκούσης ἢ ἐκκρινούσης αὐτὸ δυνάμεως, καὶ διὰ στενοχωρίαν τῶν παραγόντων τε καὶ ἐκκρινόντων ὀργάνων. ἀλλ᾽ ἡ μὲν ἀῤῥωστία τῆς τε κύστεως ὅλης τῆς ἐπὶ τῷ ἥπατι, καὶ τῶν ἀπ᾽ αὐτῆς εἰς τὸ σπλάγχνον ἀγόντων στομάτων, καὶ τῶν εἰς τὸ ἔντερον ἐξερευγομένων πόρων ἐπὶ

quae in corpus fumuntur, quum in cibo vel potu vis quaepiam medicinalis eft immixta ex earum genere, quae vel calefaciunt, vel refrigerant, vel ficcant, vel humectant, vel una calefaciunt et ficcant, aliave quapiam connexione harum qualitatum afficiunt. Ab iis, quae foris incidunt, vel ambientis nos aëris vitio (quum is immodice calefacit, aut refrigerat, aut ficcat, aut humectat, aut conjugatione quavis harum qualitatum afficit), vel aquae, qua laverimus, vel unctionis, qua uncti fimus, vel denique alterius cujusquam, quod, quum foris ventriculo adhaeferit, aut calefaciendi immodice hunc, aut refrigerandi, aut ficcandi, aut humectandi facultatem habuit. His igitur de caufis fupprimitur excrementum ventris. At flavae bilis excrementum moratur aut propter attrahentis expellentifve facultatis infirmitatem, aut propter vaforum, quibus deducitur atque excernitur, anguftiam. Porro infirmitas tum veficulae totius, quae jecinori fubjicitur, tum eorum meatuum, qui ab ea in jecur fubeunt, tum eorum, quibus in inteftinum bilis evo-

προσφάτῳ δυσκρασίᾳ γίγνοιτ' ἂν, ἐφ' ἧσπερ καὶ ἡ προωστικὴ δύναμις ἐλέγετο βλάπτεσθαι τῶν ἐντέρων τε καὶ τῆς γαστρός· ἡ δὲ στενοχωρία ἢ διὰ φλεγμονὴν, ἢ σκίῤῥον, ἢ ἔμφραξιν, ἢ τὴν ἐκ τῶν περιεχόντων αὐτὰ θλίψιν, ἢ μύσιν τῶν στομάτων. αὗται δ' αἱ θλίψεις ἐκ τῶν περιεχόντων ἢ διὰ πλῆθος ἄμετρον τῶν ἐν αὐτοῖς περιεχομένων, ἢ διὰ φλεγμονὴν, ἢ σκίῤῥον, ὥσπερ γε καὶ ἡ μύσις διά τι τούτων ἢ ξηρότητα. τῆς ξηρότητος δ' αὐτῆς αἰτίαι τά τε στύφοντα σφοδρῶς ἐστι καὶ τὰ θερμαίνοντα μετὰ τοῦ ξηραίνειν. τὰ μὲν γὰρ ἐκθλίβοντά τε τὴν ὑγρότητα καὶ αὐτὰ τὰ κεχηνότα συνάγοντά τε καὶ σφίγγοντα καὶ πιλοῦντα, τὰ δὲ διαφοροῦντα τὰς ὑγρότητας τὴν ξηρότητα ἐργάζεται. φλεγμονὴ γὰρ καὶ σκίῤῥος ἤδη γε νοσήματα φανερῶς ἐστιν· ὥστ' ἐκπέπτωκεν τῆς ὑγιεινῆς πραγματείας, ἄλλως τε καὶ περὶ αὐτῶν εὐκαιρότερον εἰρήσεται. κατὰ δὲ τὸν αὐτὸν τρόπον οὐδὲ τὸ μελαγχολικὸν ἐκκαθαρθήσεταί ποτε περίττωμα, τοῦ μὲν σπληνὸς ἀνάλογον ἔχοντος τῇ χο-

mitur, ex laedenti intemperie provenire poteſt, tali utique, quali inteſtinorum ventrisque expultricem facultatem laedi diximus. Anguſtia vero vaſorum aut phlegmones vitio fit, aut propter ſcirrhos, aut obſtructionem, aut circumjacentium partium compreſſionem, aut oſculorum conniventiam. Jam ipſa a proximis partibus compreſſio aut propter immodicam copiam eorum, quae in ſe continent, aut propter phlegmonen, aut ſcirrhum accidit, aeque ac oſculorum conniventia aut propter horum quippiam, aut etiam ſiccitatem. Porro ſiccitatem accidere faciunt, et quae valenter aſtringunt, et quae pariter calefaciunt et ſiccant. Illa namque humorem exprimendo, et quae patebant, contrahendo conſtringendoque ac denſando, haec eliciendo per halitum humorem ſiccitatem inducunt. Phlegmone namque et ſcirrhus, quoniam morbi plane ſunt, ad praeſentem diſputationem non pertinent, et alioqui de ipſis commodius agetur in ſequentibus. Pari ratione atrae bilis excrementum aliquando ſupprimetur, ſi lien eo ſe modo habeat, quo

ληδόχῳ κύστει, τῆς δ' εἰς αὐτὸν τεταμένης φλεβὸς ἀπὸ πυλῶν τοῦ ἥπατος τοῖς ἕλκουσιν ἀγγείοις τὸ χολῶδες περίττωμα, τῆς δ' ἐκ τοῦ σπληνὸς εἰς τὴν γαστέρα φερομένης φλεβὸς τῷ τὴν χολὴν ἐξερευγομένῳ πόρῳ. τὸ δὲ καθ' ἕκαστον τῶν τρεφομένων τοῦ ζώου μορίων περίττωμα διά τε πλῆθος καὶ πάχος αὐτοῦ, καὶ προσέτι καὶ γλισχρότητα, ἢ δι' ἀῤῥωστίαν τῆς λυούσης αὐτὸ θερμότητος, καὶ διὰ στενοχωρίαν τῆς διεξόδου κωλυθήσεται. πλῆθος μὲν δὴ, καὶ πάχος, καὶ γλισχρότης ἤτοι γ' ἐκ τῆς τῶν πομάτων τε καὶ ἐδεσμάτων γίνεται φύσεως, ἢ ἐκ προσφάτου τινὸς ἀῤῥωστίας τῆς ἀλλοιωτικῆς ἐν τῷ τρεφομένῳ δυνάμεως· ἡ δ' ἀσθένεια τῆς οὐ λυούσης αὐτὸ θερμότητος ἀγυμνασίας ἔκγονος ὑπάρχει· καὶ ἡ στενοχωρία δὲ τῆς διεξόδου διὰ σκίῤῥον, [63] καὶ φλεγμονὴν, ἔμφραξίν τε καὶ θλίψιν, καὶ μύσιν γίνεται· τούτων δὲ ἑκάστου τὴν γένεσιν ὀλίγῳ πρόσθεν εἰρήκαμεν. ἔνια μέντοι μόρια πρὸς τοῖς ἀδήλοις τούτοις πόροις ἑτέ-(231)ρους τινὰς ἔχει σαφεῖς καὶ αἰσθητοὺς, ὥσπερ ἐγκέ-

bilis veſica, vena vero, quae ad illum a porta jecinoris pertinet, eodem modo, quo vaſcula illa, quae bilioſum excrementum attrahunt, quae vero ex liene in ventriculum fertur, eodem modo, quo meatus ille, qui bilem egerit. At excrementum, quod per ſingulas animalis, quae nutriuntur, partes congeritur, et copia ſua, et craſſitudine, et praeterea lentore retardatur, ad haec ob imbecillitatem caloris, qui id incidat ſolvatque, praeterea tranſitus anguſtiam. Ac copia quidem, craſſitudo et lentor vel ex cibi potionisque natura provenit, vel laedente quapiam alteratricis facultatis in ea parte, quae nutritur, infirmitate. Imbecillitas vero caloris, qui non id excrementum reſolvat ac tenuet, ab exercitationis defectu provenit. Anguſtia tranſitus aut ob ſcirrhum, aut phlegmonen, aut obſtruſionem, aut compreſſionem alicujus, aut conniventiam evenit. Quorum cujusque originis rationem paulo ante retulimus. Sunt tamen partes, quae praeter latentes hos meatus alios quoſdam apertos et conſpicuos

φαλός τε καὶ ὀφθαλμός. καὶ τοῦτο γίνεται πρὸς τῆς φύσεως ἢ διὰ τὸ κύριον τοῦ μέρους, ἢ διὰ τὴν ἀκρίβειαν τῆς ἐνεργείας, ἢ διὰ πυκνότητα τῶν περιεχόντων σωμάτων. ὁ μὲν γὰρ ἐγκέφαλος οἶκός τίς ἐστιν τῆς λογικῆς ψυχῆς, καὶ στεγανῷ περιλαμβανόμενος ὀστῷ διὰ μεγίστων τε καὶ πλείστων ὀχετῶν ἐκκαθαίρεται, πρῶτον μὲν τῶν κατὰ τὰς ῥῖνάς τε καὶ τὴν ὑπερῴαν, δεύτερον δὲ τῶν καθ' ἑκάτερον οὖς, καὶ τρίτον τῶν κατὰ τὰς τοῦ κρανίου ῥαφάς· οὐκ ἀπεικὸς δὲ καὶ εἰς τοὺς ὀφθαλμοὺς τι συῤῥεῖν ἐξ αὐτοῦ. ὁ δὲ ὀφθαλμὸς οὐχ ὡς κύριος ἔτι αὐτός γε, ἀλλ' ὡς ἀκριβῶς καθαρὸς εἶναι δεόμενος εἰς τὴν τῆς ἐνεργείας ἀκρίβειαν, αἰσθητοῖς τε ἐκκενοῦται πόροις ἅπαν ὅσον ἐν αὐτῷ περίττωμα γεννᾶται, κατά τε τὴν ῥῖνα καὶ κατὰ τὰ βλέφαρα.

Κεφ. ιδ'. Τὰ μὲν οὖν τῶν περιττωμάτων αἴτιά τε καὶ ὄργανα λέλεκται. ὅπως δ' ἄν τις ταῦτα κατεσχημένα κενῶσαι, ἐφεξῆς λεκτέον, ἀρξαμένους αὖθις ἀπὸ τῶν κατὰ τὴν γαστέρα. κοινὸν μὲν οὖν ἐπὶ πάντων παράγγελμα, τὴν

obtinent, ficuti cerebrum et oculus. Id autem inftitutum a natura eft aut propter praeftantiam partis, aut propter actionem exquifitius obeundam, aut propter continentium corporum denfitatem. Eft namque cerebrum rationalis animae ceu domicilium; quod cum offe folido undique fit feptum, plurimis maximisque canalibus expurgatur, primum per nares et palatum, fecundo per utramque aurem, tertio per calvae futuras. Nec abfimile eft etiam aliquid ab eo confluere ad oculos. Oculus vero ipfe non tanquam primatum aliquem inter partes obtinens, fed velut qui purus effe omnino poftulet, quo videlicet probe munus fuum obeat, per evidentes meatus ejicit, quicquid in eo excrementi gignitur, nempe per nares palpebrasque.

Cap. XIV. Ergo excrementorum tum caufas, tum inftrumenta jam diximus. Quae quemadmodum quis retenta vacuet, deinceps docendum, initio rurfus a ventre fumpto. Ergo illud commune omnium excrementorum

ἐναντίαν αἰτίαν τῇ τὴν βλάβην ἐργασαμένῃ προσάγειν· ἴδιον δὲ καθ' ἑκάστην, εἰ μὲν ὀλιγώτερα καὶ ξηρότερα προσαράμενος ἐπισχεθῇ τὴν γαστέρα, πλείω τε ἅμα προσφέρειν καὶ ὑγρότερα, εἰ δὲ ξηρότερα, πλείω μὲν μὴ προσφέρειν, ὑγρότερα δὲ, εἰ δ' αὐστηρὰ καὶ στρυφνὰ, γλυκέσι τε καὶ λιπαροῖς εὐωχεῖν, εἰ δὲ τῇ τάξει πλημμελῶς, εἰς τὸ δέον ἐπανάγειν, εἰ δὲ ἅπαξ ἀντὶ τοῦ δὶς, οὐ μόνον δὶς, ἀλλὰ καὶ πολλάκις προσφέρειν. κατὰ δὲ τὸν αὐτὸν τρόπον τὰς προσφάτους δυσκρασίας ἐξιᾶσθαι τοῖς ἐναντίοις, ὑγραίνοντα μὲν, εἰ ξηρανθείη, θερμαίνοντα δὲ, εἰ ψυχθείη, κἀπὶ τῶν ἄλλων ποιοτήτων ἀναλόγως. αἱ δ' ὗλαι τούτων ἐν ταῖς περὶ τῶν φαρμάκων ἡμῖν γεγραμμέναις πραγματείαις εἴρηνται. ἐπισχεθείσης δὲ τῆς ξανθῆς χολῆς, ἐπὶ μὲν ἐμφράξει τῇ λεπτυνούσῃ διαίτῃ χρηστέον· εἴρηται δ' ἡ ὕλη τῆς τοιαύτης διαίτης ἑτέρωθι δι' ἑνὸς γράμματος· ἐπὶ δὲ θλίψεσι, ταῖς μὲν διὰ τὴν τῶν ὁμιλούντων τοῖς χολοδόχοις πόροις σωμάτων ἄμετρον πλήρωσιν, εἰ μὲν διὰ πάχος χυμῶν, τῇ

documentum fit, ut retentionis caufae contrariam caufam femper admoveas: fpeciale vero per fingulas hoc, fi comeftorum paucitate et ficcitate reftricta alvus fit, ut tum plura, tum humidiora exhibeas, fi ficcitate, plura quidem non offeras, fed humidiora, fi aufteritate et acerbitate, dulcibus et pinguibus cibes; quod fi in ordine fumptorum erratum fit, ut eum errorem corrigas; fi, quum bis edendum erat, femel comedit, ut non bis modo, fed etiam faepius pafcas. Eodem plane modo et recens contractas intemperies contrariis remediis farcias: nempe, quod ficcatum eft, humectans, quod refrigeratum eft, calefaciens, ac reliquos affectus fimili ratione corrigens. Quibus vero haec fiant, in iis, quae de medicamentis fcripfimus, proditae materiae funt. At flava bile retenta, fiquidem obftructionis culpa id accidat, eo qui extenuet victu utendum eft; cujus materia fingulari volumine a nobis eft tradita. Sin ex compreffu id eveniat corporum, quae et ejus bilis meatibus vicina funt, et immodice funt referta: fiquidem ex craffitudine fucci

λεπτυνούσῃ διαίτῃ χρηστέον, εἰ δὲ διὰ πλῆθος, τῇ κενώσει· εἰ δὲ διὰ φλεγμονὴν ἢ σκίῤῥον, ἐκπέπτωκεν ἤδη τὰ τοιαῦτα τῆς ὑγιεινῆς πραγματείας· εἰ δὲ διὰ δυσκρασίαν ὑπόγυιον, ἀντεισάγοντα τὴν ἡττημένην ποιότητα. κατὰ δὲ τὸν αὐτὸν τρόπον ἰᾶσθαι χρὴ τὴν μύσιν τῶν στομίων, ἐπὶ μὲν τοῖς αὐστηροῖς γινομένην, τὰ λιπαρὰ καὶ γλυκέα κελεύοντα λαμβάνειν, ἐπὶ δὲ τοῖς θερμαίνουσι καὶ ξηραίνουσιν, ὅσα ψύχει καὶ ὑγραίνει. λεχθήσεται δ᾽ ἡ τῶν τοιούτων ὕλη ἐν τοῖς ἑξῆς ὑπομνήμασιν. ὁ αὐτὸς δὲ τρόπος ἐστὶ τῆς καθάρσεως ἐπισχεθέντι τῷ τρίτῳ γένει τῶν περιττωμάτων, ὃ καθ᾽ ἕκαστον τοῦ ζώου μόριον ἔφαμεν συνίστασθαι. εἰ μὲν γὰρ μύσει ἔτι τὰ στόματα τῶν πόρων, ἐπανορθοῦσθαι χρὴ διὰ τῶν ἐναντίων τοῖς βλάψασι, τὰς μὲν ἐπὶ τοῖς ψύχουσιν αἰτίοις στεγνώσεις ἐκθερμαίνοντα, καθάπερ ὅσαι πυκνωθέντων ἡμῶν ὑπὸ κρύους γίνεται, τὰς [64] δὲ ἐπὶ θερμότητι καὶ ξηρότητι ἐμψύχοντά τε καὶ ἀνυγραίνοντα, καθάπερ ὅσαι δι-

id incidit, extenuante victu eſt utendum: ſin ex multitudine, praeſidiis, quae vacuent. Quod ſi ob phlegmonen ſcirrhumve id contigit, jam res ſanitatis tuendae profeſſionem exceſſit. Sin propter recens contractam intemperiem, quaecunque victa qualitas eſt, hanc reſtituere tentandum. Ad eandem formulam conniventiam oſculorum aperire conveniet, ſi ab auſteris facta eſt, pinguibus et dulcibus aſſumi juſſis, ſin iis, quae calefaciunt et ſiccant, ſucceſſit, adhibitis, quae refrigerent et humectent. Dicetur et talium materia in ſequentibus libris. Idem expurgandi modus etiam tertio excrementorum genere retento, et quod per ſingulas animalis partes colligi diximus, conveniat. Nam ſi contracta ſint et tanquam conniveant meatuum ora, per adverſa iis, quae ſic affecerunt, ſuccurrendum eſt: nempe quae ex frigidis cauſis ortae coarctationes conſtipationesque carneae molis ſunt, veluti quae ex ambientis frigore corporibus noſtris inciderunt, eas calefaciendo; rurſus eas, quae calori ſiccitatique ſupervenerunt, veluti quae fervoribus ſolis eve-

ἐκκαύσεις· οὕτω δὲ καὶ ὅσαι διὰ τῶν στυφόντων προσέπεσον, ὥσπερ ὅσα τῶν ὑδάτων ἐστὶ στυπτηριώδη, λιπαραῖς τε καὶ μαλακαῖς τρίψεσιν ἅμα τοῖς τῶν γλυκέων ὑδάτων λουτροῖς. εἰ δὲ ἐμφραχθεῖεν οἱ πόροι διὰ πάχος, ἢ πλῆθος, ἢ γλισχρότητα περιττωμάτων, ἡ λεπτύνουσα δίαιτα τούτοις ἁρμόσει, καὶ ὅσα τέμνει καὶ θερμαίνει φάρμακα, τὰ μὲν εἴσω τοῦ σώματος λαμβανόμενα, τὰ δὲ ἔξωθεν ἐπιτιθέμενα, καὶ πρὸ τούτων ἁπάντων γυμνάσια. καὶ γὰρ καὶ ταῦτα λύειν τε δύναται τὰ περιττώματα καὶ διὰ τῶν πόρων ἐκκενοῦν, καὶ τοσούτῳ πλεονεκτεῖ τῶν λεπτυνόντων ἐδεσμάτων τε καὶ φαρμάκων, ὅσῳ βέλτιόν ἐστι μηδὲν βλαπτόμενον εἰς τὴν τῶν σωμάτων ἕξιν ἐκκενοῦσθαι τὰ περιττὰ τοῦ σώματος τοῦ σὺν τῷ τάς τε σάρκας συντήκεσθαι καὶ ἰσχνοῦσθαι τὰ στερεά. αὗται μὲν γὰρ αἱ βλάβαι τοῖς θερμοῖς τε καὶ λεπτύνουσιν ἐφεδρεύουσι φαρμάκοις· ἐπὶ δὲ τοῖς γυμνασίοις οὐ μόνον οὐδὲν τοιοῦτον, ἀλλὰ καὶ ῥώμη τοῖς ὀργάνοις ἐγγίνεται, τῆς θερμότητος ἀναζωπυρουμένης αὐτοῖς, κἀκ τῆς πρὸς ἄλληλα τῶν σωμάτων παρατρίψεως σκληρότητός τέ τινος

nerunt, refrigerando et humectando; pari modo et quae aſtringentium vitio provenere, cujus generis ſunt aluminoſae aquae, has pingui ac molli frictione una cum dulcis aquae balneo reparando. Quod ſi vel craſſitudinis, vel abundantiae, vel lentoris excrementorum vitio obſtructi meatus ſunt, attenuans victus ratio his apta erit; praeterea medicamenta, quae calefaciunt ac diſſecant, quaedam intro aſſumpta, quaedam foris admota; anteque haec omnia exercitatio. Nam ea quoque tum ſolvere excrementa poteſt, tum per ſudoris meatus ejicere, tantoque tam cibis, quam medicamentis tenuantibus praeſtat, quanto ſatius eſt nullo corporis noſtri habitu et incommodo exigi, quae redundant, quam pariter et carne liquanda, et ſolidis extenuandis. Haec namque incommoda calidis attenuantibusque medicamentis ſuccedunt; exercitationibus vero adeo nihil tale ſuccedit, ut etiam firmitas quaedam membris accedat, quum et naturalis ipſe calor accenditur, et ex partium inter ſe attritu

καὶ δυσπαθείας ἐγγιγνομένης. ὡς δ' ἄν τις ἐν καιρῷ γυμνάζοιτο, καὶ μέτρῳ τῷ προσήκοντι χρῷτο καὶ τάξει καὶ ποιότητι τῶν κατὰ μέρος ἐνεργειῶν τῇ δεούσῃ, νυνὶ μὲν οὐ πρόκειται λέγειν, ὥσπερ οὐδὲ περὶ τροφῆς καὶ καιροῦ καὶ μέτρου καὶ τάξεως καὶ ποιότητος, οὐδὲ περὶ τῶν λεπτυνόντων ἐδεσμάτων καὶ πομάτων, οὐδὲ περὶ τῶν ἀλλοιούντων κατὰ ποιότητα φαρμάκων· οὐδενὸς γὰρ αὐτῶν οὐδέπω τὴν κατὰ μέρος εἴπομεν χρῆσιν, ἀλλ' ἠρκέσθημεν ἐπὶ κεφαλαίων μόνον διελθεῖν· ἐν δὲ τοῖς ἑξῆς ὑπομνήμασιν ὑπὲρ ἁπάντων ἐπὶ πλέον εἰρήσεται.

Κεφ. ιε'. Νυνὶ μὲν γὰρ εἰς σύνοψιν ἀγαγεῖν ἠβουλήθην ἅπασαν τὴν πραγματείαν, ὡς μηδεμίαν ὕλην λαθεῖν, ἧς ἔμπειρον εἶναι χρὴ τὸν ὑγιεινόν. οὐδὲν γὰρ χεῖρον ὑγιεινὸν ὀνομάσαι τὸν ἐπιστήμονα καὶ ὑγιεινῆς ἁπάσης τέχνης, ὥσπερ τὸν μόνης τῆς περὶ τὰ γυμνάσια γυμναστήν· ἀτὰρ οὖν καὶ ὠνόμασεν Ἐρασίστρατος οὕτως αὐτόν. ἐν δὲ τοῖς ἑξῆς ὑπομνήμασιν ἑκάστης τῶν εἰρημένων ὑλῶν ἐπισκεψό-

durities quaedam et firmitas comparatur. Quemadmodum vero fe aliquis debito tempore menfuraque exercitet, ac fingularum actionum ordine decenti qualitateque utatur, nunc equidem exequi non ftatui; ficut nec de alimenti ipfius tempore, modo, ordine, qualitate; fed nec de attenuantibus cibis ac potibus, nec de iis medicamentis, quae qualitate immutant; nullius enim horum hactenus particularem ufum diximus, contenti fummatim et per capita tantum attigiffe. Verum in fequentibus libris de omnibus fufius agetur.

Cap. XV. Nunc enim in compendium redigere totum opus placuit, quatenus nulla materia lateret, cujus effe peritum deceat, qui omnem fanitatis tuendae artem profitetur; neque enim refert, fi diaeteticum voces eum, qui fervandae fanitatis artem tenet, quemadmodum neque, fi gymnaften, qui tantum, quae ad exercitationes pertinent, callet; quin Erafiftratus quoque ita eum appellavit. In fequentibus vero voluminibus dictarum jam materiarum cujusque tum tempus, quo exhibebitur, tum

μεθα τόν τε καιρὸν καὶ τὴν ποιότητα καὶ τὴν ποσότητα καὶ τὸν τρόπον τῆς χρήσεως, ὡς μηκέθ᾽ ὕλην μόνον, ἀλλ᾽ ὑγιεινὸν αἴτιον γίνεσθαι. ἐν τρισὶ γὰρ τούτοις γένεσι πρώτοις ἐστὶν ἡ ὑγιεινὴ πραγματεία, καθάπερ καὶ ἡ θεραπευτικὴ, σώμασί τε καὶ αἰτίοις καὶ σημείοις· σώμασι μὲν αὐτοῖς τοῖς ὑγιαίνουσι, ἃ χρὴ φυλάττεσθαι τοιαῦτα, σημείοις δὲ τοῖς συμβεβηκόσιν αὐτοῖς, ἐξ ὧν διαγινώσκεται, αἰτίοις δὲ, ὑφ᾽ ὧν ἡ φυλακὴ τῆς ὑγιείας γίγνεται. τέτταρας δὲ τῆς τούτων ὕλης τὰς διαφορὰς οἱ δοκιμώτατοι τῶν νεωτέρων ἰατρῶν ἔθεντο, προσφερόμενα, ποιούμενα, κενούμενα, καὶ ἔξωθεν προσπίπτοντα· προσφερόμενα μὲν ἐδέσματά τε καὶ πόματα, καὶ εἴδη τινὰ τῶν φαρμάκων, ἔσω τοῦ σώματος λαμβανόμενα, καὶ τὸν εἰσπνεόμενον ἀέρα, ποιούμενα δὲ τρίψεις τε καὶ περιπάτους καὶ ὀχήσεις καὶ ἱππασίαν καὶ κίνησιν σύμπασαν. εἰ δ᾽ οὐ πᾶσα κίνησίς ἐστι γυμνάσιον, ἀλλ᾽ ἡ σφοδροτέρα μόνον, προσκείσθω ὧδε τῇ κινήσει τὸ γυμνάσιον, ὡς εἶναι τὰ ποιούμενα κινήσεις τε καὶ γυμνάσια. [65] συγκαταριθμοῦνται δὲ τῷ γένει τῶν αἰτίων

qualitatem, tum quantitatem, tum ufus rationem trademus, ita ut non jam materia tantum fit, fed fanitatis confervandae caufa. Etenim in tribus hifce primis generibus confiftit fanitatis tuendae ftudium aeque ac medendi methodus, nempe corporibus, caufis, fignis: corporibus quidem iis, quae et fana jam funt, et eo ftatu fervari debent, fignis vero, quae ipfis accidunt, ex quibus corpora ipfa dignofcuntur, caufis autem, ex quibus cuftodia fanitatis perficitur. Harum materiam quatuor generibus juniorum medicorum probatiffimi funt complexi, affumendis, educendis, faciendis, extrinfecus incidentibus. Et affumendorum quidem nomine cibus, potus, et fi quid medicamentorum intro fumitur, etiam aër attractus intelligitur; faciendorum vero frictio, ambulatio, vectio, equitatio, denique omnis motus. Quod fi non quivis motus exercitatio eft, fed folum qui valentior eft, adjiciatur motui exercitatio, ut fint facienda tum motus, tum exercitatio. Referuntur ad hoc caufae

τῶνδε καὶ ἐγρηγόρσεις καὶ ὕπνοι καὶ ἀφροδίσια. τὰ δὲ ἔξωθεν προσπίπτοντα, πρῶτος μὲν ὁ περιέχων ἀὴρ, ἔπειθ᾽ ὅσα λουομένοις ἢ ἀλειφομένοις προσπίπτει τῷ δέρματι, καὶ εἰ δή τι φάρμακόν ἐστιν, οὐκ ἐκβαῖνον ὅρους ὑγιεινοῦ, ὥσπερ ἅλες, ἢ μύρτα, ἢ νίτρον, ἢ ἀφρόνιτρον, ἤ τι τῶν αὐτοφυῶν ὑδάτων θερμῶν. ἡ δὲ τῶν κενουμένων ὕλη προείρηται μὲν ὀλίγον ἔμπροσθεν· εἰ δ᾽ ὀρθῶς ἀντιδιήρηται τοῖς προειρημένοις τρισὶ γένεσι τῶν αἰτίων, οὐ ῥᾴδιον ἀποφήνασθαι. τάχα γὰρ ἦν βέλτιον ὑπὸ μὲν τῶν προσφερομένων καὶ ποιουμένων καὶ προσπιπτόντων ἔξωθεν ἀλλοιοῦσθαί τε καὶ μετακοσμεῖσθαι φάναι τὰ κατὰ τὸ σῶμα, τὴν μεταβολὴν δὲ αὐτῶν γίνεσθαι κατά τε τὸ ποιὸν καὶ κατὰ τὸ ποσὸν, καὶ κατὰ μὲν τὸ ποιὸν ἐν τῷ θερμαίνεσθαι (232) καὶ ψύχεσθαι καὶ ξηραίνεσθαι καὶ ὑγραίνεσθαι, κατὰ δὲ τὸ ποσὸν ἐν τῷ τρέφεσθαι καὶ κενοῦσθαι, καὶ αὐτήν γε τὴν κένωσιν εἶναι διττὴν, ἑτέραν μὲν τῶν περιττωμάτων, ὑπὲρ ὧν ὀλίγον ἔμπροσθεν ἐλέγομεν, ἑτέραν δὲ αὐτῆς τῆς οἰκείας οὐσίας ἡμῶν φύσεως ἀποῤῥεούσης, ἥτις ἀντίκειται τῇ θρέψει. ἐπισημήνασθαι δὲ κἀνταῦθα χρὴ τὴν ὁμωνυμίαν, ἣν Ἱππο-

genus fomnus, vigilia et venus. Ex foris incidentibus primus eft ambiens nos aër, deinde quaecunque in lavantium ungentiumve cutem incidunt, etiam fi quod medicamentum fanitatis tuendae fines non excedit, veluti fal, myrta, nitrum, aphronitrum, et aquarum aliquae fponte natarum et calentium. Educendorum vero materia praedicta paulo fupra eft. An vero recte tribus praedictis caufarum generibus fimul divifa fit, non facile dixerim, quum melius fortaffe fit affumendis, faciendis et foris incidentibus alterari immutarique corpus dicere, mutationem vero aut in qualitate fieri, aut quantitate: in qualitate, dum aut incalefcit, aut refrigeratur, aut ficcefcit, aut humectum redditur; in quantitate, dum alitur, aut inanitur. Jam vacuationem ipfam duplicem quoque effe, alteram excrementorum, de quibus paulo ante diximus, alteram naturalis fubftantiae noftrae affidue defluentis, quae nutritioni ex adverfo opponitur. Notaffe hoc loco operae pretium fuerit homonymiam, quam Hip-

κράτης ἐν τῷ περὶ τροφῆς συγγράμματι διείλετο, φάμενος ὧδε· τροφὴ δὲ καὶ τρέφον, τροφὴ δὲ καὶ τὸ οἷον, τροφὴ καὶ τὸ μέλλον. τῇ μὲν γὰρ κατὰ τὸ πρῶτον σημαινόμενον τροφῇ τε καὶ πέψει τὴν ἀποῤῥοὴν τῆς οὐσίας ἀντιδιαιρεῖσθαι χρὴ, τῇ δὲ κατὰ τὸ δεύτερον αἱμοῤῥαγίαν τε καὶ ἁπλῶς εἰπεῖν αἵματος ἅπασαν κένωσιν, τῇ δὲ κατὰ τὸ τρίτον ἔμετόν τε καὶ λειεντερίαν. ἀλλὰ περὶ μὲν τῶν τοιούτων διαιρέσεων, ὅπως ἄν τις ἐθέλῃ, τιθέσθω. τῶν δ᾽ ὑλῶν ἁπασῶν τῶν ὑγιεινῶν ἐπίστασθαι ἀναγκαῖον τὰς δυνάμεις τὸν τὴν ὑγιεινὴν τέχνην μετιόντα· καὶ γὰρ ἡ ἐπιδέξιος αὐτῶν χρῆσις ἐντεῦθεν ὥρμηται. γίνεται δ᾽ ἡ ἐπιδέξιος αὐτῶν χρῆσις, ἐὰν τόν τε καιρὸν ἑκάστου καὶ τὸ μέτρον εὕρωμεν. ὥστε ἐπὶ ταύτην χρὴ προϊέναι μᾶλλον, οὐ τὰς μοχθηρὰς αἱρέσεις ἐξελέγχειν. ἀλλὰ καὶ ἐπειδὴ μέγεθος ἱκανὸν ὁ πρῶτος ἤδη μοι λόγος ἔχει, τοῦτον μὲν ἐνταῦθα καταπαύσω, τὰ δ᾽ ὑπόλοιπα τῆς πραγματείας ἐν τοῖς ἑξῆς διηγήσομαι.

pocrates in opufculo de alimento diftinxit his verbis: *Alimentum aliud eft, quod nutrit; aliud, quod quafi eft nutriens; aliud, quod nutriturum eft.* Quippe ei, quod prima fignificatione alimentum five nutritio eft, fubftantiae ipfius fluorem recte opponas; ei vero, quod in fecunda fignificatione accipitur, tum haemorrhagiam, tum uno verbo omnem fanguinis vacuationem; ei vero, quod tertio fignificato dicitur, vomitum et lienteriam. Verum de talibus divifionibus ftatuere pro arbitrio cuivis liceat. Quisquis autem propofitam artem rite adminiftraturus eft, hunc omnis materiae, quae ad falubrem victus rationem pertinet, vires habere compertas eft neceffe, quando hinc demum dexter ejus oritur ufus. Contingit autem dexter ejus ufus, ubi opportunum cujusque tempus ac modum quis invenerit. Quare ad hunc potius cenfeo properandum, quam pravis opinionibus refellendis immorandum. Sed, quoniam fatis verborum primum hoc volumen continet, claudetur hoc loco. Quod reliquum operis eft, in caeteris exequemur.

ΓΑΛΗΝΟΥ ΥΓΙΕΙΝΩΝ ΛΟΓΟΣ Β.

Ed. Chart. VI. [66.] Ed. Baf. IV. (232.)

Κεφ. α'. Τὰ μὲν δὴ κεφάλαια καὶ τοὺς σκοποὺς τῆς ὑγιεινῆς τέχνης ὁ πρόσθεν λόγος εἴρηκεν· τὰ δὲ κατὰ μέρος ἅπαντα πειρᾶσθαι χρὴ διελθεῖν, ἀρξαμένους αὖθις ἀπ' ἐκείνων, εἰς ἅπερ ἐτελεύτησε τὸ πρῶτον γράμμα. ὑποκείσθω δή τις ἡμῖν τῷ λόγῳ παῖς ὑγιεινότατος φύσει, τῆς τρίτης ἑβδομάδος ἐτῶν ἀρχόμενος, ἐφ' οὗ πλάττειν τε καὶ κοσμεῖν τὸ σῶμα προκείσθω καθ' ὅσον οἷόν τε κάλλιστα. καὶ πρῶτον τοῦτ' αὐτὸ διοριστέον, τί ποτε βούλεται τῷ λόγῳ τὸ κάλλιστα προσκείμενον. βούλεται δὲ τόδε. ὥσπερ

GALENI DE SANITATE TVENDA LIBER SECVNDVS.

Cap. I. Summas equidem fcoposque artis hygieines prior liber edocuit: nunc fingula membratim diftinguere tentandum, initio rurfus ab iis fumpto, in quibus proximus liber eft finitus. Proponatur itaque nobis in hoc libro faluberrimae naturae puer, qui jam tertium aetatis fuae feptennium ingreditur; cujus corpus effingere componereque, quoad fieri poteft, quam optime propofitum fit. Ac primum hoc ipfum definiendum, quid fibi velit, quod adjecimus, optime. Vult autem nimirum illud.

αὐτῶν τῶν σωμάτων ἐδείχθη παμπόλλη τις οὖσα διαφορὰ, κατὰ τὸν αὐτὸν τρόπον καὶ τῶν βίων, οὓς βιοῦμεν, εἴδη πάμπολλά ἐστιν. οὐκ οὖν ἐγχωρεῖ τὴν ἀρίστην τοῦ σώματος ἐπιμέλειαν ἐν ἅπαντι τῷ προχειρισθέντι βίῳ συστήσασθαι, ἀλλὰ τὴν μὲν ἑκάστῳ βελτίστην οἷόν τε, τὴν δ᾽ ἁπλῶς ἀρίστην οὐκ ἐγχωρεῖ κατὰ πάντας τοὺς βίους ποιήσασθαι. πολλοῖς γὰρ τῶν ἀνθρώπων μετὰ περιστάσεως πραγμάτων ὁ βίος ἐστί. καὶ βλάπτεσθαι μὲν ἀναγκαῖόν ἐστιν αὐτοῖς ἐξ ὧν πράττουσιν, ἀποστῆναι δ᾽ ἀδύνατον. ἔνιοι μὲν γὰρ ὑπὸ πτωχείας εἰς τοὺς τοιούτους ἐμπίπτουσι βίους, ἔνιοι δ᾽ ὑπὸ δουλείας, ἤτοι πατρόθεν εἰς αὐτοὺς καθηκούσης, ἢ αἰχμαλώτοις ληφθεῖσιν, ἢ ἁρπαχθεῖσιν, ὥσπερ καὶ μόνας δουλείας ὀνομάζουσιν οἱ πολλοὶ τῶν ἀνθρώπων. [67] ἐμοὶ δὲ δοκοῦσι καὶ ὅσοι διὰ φιλοτιμίαν ἢ δι᾽ ἐπιθυμίαν ἡντιναοῦν εἵλοντο βίον ἐν περιστάσεσι πραγμάτων, ὡς ὀλίγιστα δύνασθαι σχολάζειν τῇ τοῦ σώματος ἐπιμελείᾳ, καὶ οὗτοι δουλεύειν ἑκόντες οὐκ ἀγαθαῖς δεσποίναις. ὥστε τούτοις μὲν οὐκ ἐγχωρεῖ γράψαι τὴν ἁπλῶς ἀρίστην ἐπιμέ-

Quemadmodum corporum ipforum numerofa fane diverfitas tradita eft, ita vitae rationum, quibus vivimus, fpecies funt diverfae. Ergo fieri nequit, ut in qualibet propofita vita optimam corporis noftri curam adminiftres, fed quae cuique optima fit, hanc utique licet. Quae abfoluto fermone optima fit, in omni exequi vita non eft; nam maxima hominum pars implicitam negotiis vitam agit, quos etiam laedi ab iis, quae tractant, eft neceffe; nec tamen mutare conditionem licet. Alii enim per inopiam in ejufmodi vitae fortem incidunt; alii fervitute, quam aut a parentibus haereditariam acceperunt, aut alias per vim aliquam capti raptive; quas etiam folas fervitutes vulgus exiftimat. Mihi vero, et qui ambitionis aut cujufvis cupiditatis gratia negotiis impeditam vitam delegerunt, quo minus corpori curando vacare queant, ii quoque fervire ultro dominis et quidem peffimis videntur. Quare his optimam prorfus corporis curam

λείαν τοῦ σώματος· ὅστις δὲ ἀκριβῶς ἐλεύθερος ὑπάρχει καὶ τύχῃ καὶ προαιρέσει, δυνατὸν ὑποθέσθαι τῷδε, ὡς ἂν ὑγιαίνοι μάλιστα, καὶ ἥκιστα νοσήσειε, καὶ γηράσειεν ἄριστα. καὶ μέν γε καὶ ἡ ὑγιεινὴ μέθοδος, καθάπερ οὖν καὶ ἄλλη πᾶσα μέθοδος, ἀρχὴν διδασκαλίας τοιαύτην ἐπιζητεῖ. τὸ γὰρ ἁπλοῦν καὶ ἄμεμπτον ἐν ἑκάστῳ γένει, καθάπερ τις κανὼν, ἁπάντων ἐθέλει προτετάχθαι τῶν οὐχ ἁπλῶν οὐδ᾽ ἀμέμπτων. ἁπλοῦν δὲ καὶ ἄμεμπτον ἐν μὲν τοῖς σώμασι τὸ κατεσκευασμένον ἄριστά ἐστιν, ἐν δὲ τοῖς βίοις τὸ ἀκριβῶς ἐλεύθερον. ταῦτ᾽ οὖν ἄμφω πρῶτα συζευγνύσθω κατὰ τόνδε τὸν λόγον· εἶθ᾽ ἑξῆς ἑκάστῃ κατασκευῇ σώματος μοχθηρᾷ βίος ἐλεύθερος μιγνύσθω· κἄπειθ᾽ ἑξῆς ἀρίστῃ κατασκευῇ σώματος ἕκαστος τῶν ἐν δουλείᾳ τινὶ βίων· ἐπὶ δὲ τοῖσδε τὰς μοχθηρὰς τῶν σωμάτων κατασκευὰς ἐπαλλάξωμεν τοῖς μοχθηροῖς βίοις, εἰ μέλλει τέλειος ἡμῖν ὁ λόγος ἔσεσθαι.

Κεφ. β΄. Τίνα ποτ᾽ οὖν ἀρχὴν τίθεσθαι προσήκει

scripsisse supervacuum sit. Verum, si quis plane tum casu, tum consilio sit liber, huic praecepisse fas est, quemadmodum et sanitate plurimum fruatur, et morbis minime tentetur, et commodissime citraque molestiam senescat. Quin etiam sanitatis tuendae methodus, sicut alia plane quaelibet methodus, ejusmodi docendi initium postulat. Siquidem, quod simplex inculpatumque est in omni genere, id caeteris omnibus, quae nec simplicia sunt, nec culpa vacant, ceu regula quaedam, praeponi postulat. Sane simplex inculpatumque in corporibus quidem est, quod optime constitutum est; in vitae generibus, quod omnino liberum est. Primum igitur hoc libro duo haec conjuncta tractemus; deinde cuique vitioso corporis statui vita libera sit adjuncta; mox optimae corporis constitutioni singulae servilis vitae species copulentur; postremo vitiosos corporum habitus cum pravi vivendi generibus conjungemus, si plenus nobis absolutusque sermo futurus est.

Cap. II. Quodnam igitur propositae artis initium

τῆς ὑγιεινῆς πραγματείας τῷ κάλλιστά τε κατεσκευασμένῳ τὸ σῶμα καὶ τρίτης ἑβδομάδος ἐτῶν ἀρχομένῳ, καὶ μόνῃ σχολάζοντι τῇ τοῦ σώματος ἐπιμελείᾳ, τὰ δ' ἄλλα πάντα πάρεργα τεθειμένῳ; ἐμοὶ μὲν δοκεῖ τὴν ὑφ' Ἱπποκράτους εἰρημένην ἔν τε τοῖς ἀφορισμοῖς, ἔνθα γράφει· πόνοι σιτίων ἡγείσθωσαν, ἔν τε τῷ ἐπιδημιῶν ἕκτῳ κατὰ τήνδε τὴν ῥῆσιν· πόνοι, σιτία, ποτὰ, ὕπνοι, ἀφροδίσια, πάντα μέτρια. καὶ γὰρ καὶ τὸ ποσὸν ἀφώρισεν ἅπασι, προσθεὶς τὸ κατὰ τὸ τέλος τῆς ῥήσεως ὄνομα, τὸ μέτρια, καὶ τὸν καιρὸν ἐδίδαξε τῇ τάξει τοῦ λόγου. εἰς γὰρ τὴν τῆς ὑγιείας φυλακὴν ἄρχειν μὲν χρὴ τοὺς πόνους, ἕπεσθαι δὲ σιτία καὶ ποτὰ, εἶθ' ἑξῆς ὕπνους, εἶτα ἀφροδίσια τοῖς γε μέλλουσιν ἀφροδισίοις χρῆσθαι. τὰ μὲν γὰρ ἄλλα πάντα κοινὰ πάσης ἡλικίας ἐστὶ, τὰ δ' ἀφροδίσια μόνης τῆς τῶν ἀκμαζόντων, ἡνίκα περ αὐτῶν ἡ χρεία, ὡς ταῖς γε πρόσθεν τε καὶ ὄπισθεν ἡλικίαις ἢ οὐδ' ὅλως σπερμαίνειν, ἢ οὐ γόνιμον σπερμαίνειν, ἢ μοχθηρὸν γόνιμον ὑπάρχειν. ἀλλὰ

ceperimus ad ejus tutelam corporis, quod et optimae ſit notae, et tertium aetatis ſeptennium jam ingreſſum, et caeteris poſthabitis omnibus uni corporis curae vacet? Mihi ſane videtur id, quod ab Hippocrate traditum eſt tum in Aphoriſmis, quum ait: *Labores cibos praecedant;* tum in popularium morborum ſexto volumine, ubi ita ad verbum praecipit: *Labores, cibi, potus, ſomni, venus, omnia mediocria.* Nam et modum ipſum ſingulorum deſinivit addito ſub finem dictionis nomine mediocria; et tempus docuit ipſo ſermonis ordine. Quippe ad ſanitatis tutelam a laboribus eſt auſpicandum, quos excipere debent cibi, potus, deinde ſomni, mox venus, in iis videlicet, quibus venere eſt utendum. Nam reliqua certe omnia cujusque aetatis ſunt communia, venus aetate tantum florentium eſt, utique quo tempore etiam ejus uſus eſt; quae enim hanc vel praecedunt aetates, vel ſequuntur, aut plane ſemen non effundunt, aut certe infoecundum, aut male foecundum effundunt. Verum

Ed. Chart. VI. [67. 68.] Ed. Baf. IV. (232.)

γὰρ ὁ μὲν περὶ ἀφροδισίων λόγος εἰς τὴν οἰκείαν ἀναβεβλήσθω τάξιν. ἀπὸ δὲ τῶν πόνων ἀρκτέον, αὐτὸ τοῦτο πρῶτον ἐν αὐτοῖς διελομένους, εἴτε ταὐτόν ἐστι πόνος τε καὶ κίνησις καὶ γυμνάσιον, εἴτε πόνος μὲν καὶ κίνησις ταὐτὸν, ἕτερον δέ τι τὸ γυμνάσιον, εἴτε κίνησις μὲν ἕτερον, οὐδὲν δ᾽ ὁ πόνος τοῦ γυμνασίου διαφέρει. ἐμοὶ μὲν δὴ δοκεῖ μὴ πᾶσα κίνησις εἶναι γυμνάσιον, ἀλλ᾽ ἡ σφοδροτέρα μόνη. ἐπεὶ δ᾽ τῷ πρός τι τὸ σφοδρὸν, εἴη ἂν ἡ αὐτὴ κίνησις ἑτέρῳ μὲν γυμνάσιον, ἑτέρῳ δ᾽ οὐ γυμνάσιον. ὅρος δὲ τῆς σφοδρότητος ἡ τῆς ἀναπνοῆς ἀλλοίωσις· ὡς, ὅσαι γε κινήσεις οὐκ ἀλλοιοῦσι τὴν ἀναπνοὴν, οὔπω ταύτας ὀνομάζουσι γυμνάσια· εἰ δ᾽ ἤτοι μεῖζον, ἢ ἔλαττον, ἢ πυκνότερον ἀναγκασθείη τις ἀναπνεῖν ἐπὶ κινήσει τινὶ, γυμνάσιον ἡ τηλικαύτη κίνησις ἐκείνῳ γενήσεται. [68] τοῦτο μὲν δὴ κοινὸν γυμνάσιον ὀνομάζεται, ἰδίᾳ δὲ, ἀφ᾽ οὗπερ καὶ τὰ γυμνάσια προσαγορεύουσιν ἅπαντες, ἔν τινι κοινῷ τῆς πόλεως οἰκοδομησάμενοι χωρίῳ, εἰς ὅπερ καὶ ἀλειψόμενοί τε καὶ διατριψόμενοι, καὶ διαπαλαίσοντες,

difceptatio de venere in fuum locum differatur. A laboribus vero ordiendum, illo ante omnia difcuffo, an idem fint labor, motus et exercitatio; an labor et motus idem, aliud vero ab his exercitatio; an motus res diverfa, labor et exercitatio neutiquam differant. Ac mihi quidem non quivis motus exercitatio videtur, fed tantum, fi quis vehementior eft. Quoniam autem eorum, quae ad aliquid dicuntur, eft quod vehementius dicitur, fieri poteft, ut idem motus alteri fit exercitatio, alteri non fit. Terminus igitur vehementiae efto anhelitus alteratio; quando, in quibus motibus nulla fit anhelitus mutatio, hos nondum exercitationes vocamus. Quod fi quis majus minufve, celerius aut crebrius jam ex motu aliquo refpirare cogitur, huic certe tantus motus exercitatio fuerit. Ea igitur communiter exercitatio vocatur. Proprie vero a loco denominatur, quem gymnafium omnes appellant. Is locus eft in publica aliqua urbis regione extructus, quo ungendi, fricandi, luctaturi, difcum

ἢ δισκεύσοντες, ἤ τι τοιοῦτον ἄλλο πράξοντες, ἥκουσιν. ἡ δὲ τοῦ πόνου προσηγορία ταὐτόν μοι δοκεῖ σημαίνειν θατέρῳ τῷ ὑπὸ τοῦ γυμνασίου ὀνόματος εἰρημένῳ δηλοῦσθαι τῷ κοινῷ. καὶ γὰρ οἱ σκάπτοντες, καὶ οἱ θερίζοντες, καὶ ἱππαζόμενοι πονοῦσί τε καὶ γυμνάζονται κατὰ τὸ κοινὸν τοῦ γυμνασίου σημαι(233)νόμενον. ἐμοὶ μὲν οὕτω διῃρήσθω περὶ τῶν ὀνομάτων, καὶ κατὰ ταῦτα τὰ σημαινόμενα πᾶς ὁ ἐφεξῆς λόγος ἀκουέσθω. εἰ δέ τις ἑτέρως βούλοιτο χρῆσθαι, συγχωρῶ. οὐδὲ γὰρ ὑπὲρ ὀνομάτων ὀρθότητος ἥκω σκεψόμενος, ἀλλ᾽ ὡς ἄν τις ὑγιαίνοι μάλιστα· καὶ πρὸς τοῦτ᾽ αὐτὸ χρήσιμον ὑπάρχον μοι περί τε τῶν γυμνασίων καὶ πόνων καὶ ξυλλήβδην εἰπεῖν ἁπάσης κινήσεως διελέσθαι, τὰ σημαινόμενα τῶν ὀνομάτων ἠναγκάσθην ἀφορίσασθαι. αἱ μὲν δὴ τοῦ γυμνασίου χρεῖαι καὶ διὰ τοῦ πρώτου μὲν εἴρηνται λόγου, βέλτιον δ᾽ ἂν εἴη καὶ νῦν ἐπανελθεῖν αὐτὰς διὰ βραχέων, ἐπειδὴ σκοπός τε ἅμα καὶ κριτήριον αὗται τυγχάνουσιν οὖσαι πάντων τῶν κατὰ μέρος

jacturi, aut tale quippiam facturi confluunt. Laboris appellatio idem mihi fignificare videtur cum priore fignificatione nominis exercitationis, nempe communi illo, quod praediximus; quippe quum et qui fodiunt, et qui metunt, et qui equitant, non laborent modo, fed etiam exercitentur, communi faltem exercitationis appellatione. Et de nominibus quidem ita nobis determinatum fit, atque ad haec fignificata omnis mihi deinceps fermo inaudiatur. Nec tamen, fi quis eft, qui aliter uti velit, prohibeo; quando non huc de recto nominum ufu difputaturus acceffi, fed quemadmodum fanitas cuftodiri maxime poffit. Ad id vero, quum percommodum erat de exercitatione, labore, omni denique motu diftinguere, nominum fignificatus definire fum coactus. Atque exercitationis commoda etfi in priore volumine tradita funt, non inutile tamen fit hic quoque paucis ea denuo repetere, quandoquidem non folum fcopus, fed etiam veluti judices funt omnium,

ἐν τῇ περὶ τὰ γυμνάσια τέχνῃ πραττομένων. ἦσαν δὲ, ὡς οἶμαι, διτταὶ κατὰ γένος, αἳ μέν τινες εἰς τὴν τῶν περιττωμάτων κένωσιν, αἳ δὲ εἰς αὐτὴν τῶν στερεῶν σωμάτων τὴν εὐεξίαν διαφέρουσαι. ἐπειδὴ γάρ ἐστι κίνησις σφοδρὰ τὸ γυμνάσιον, ἀνάγκη τρία μόνον ταῦτα γενέσθαι πρὸς αὐτὴν κατὰ τὸ γυμναζόμενον σῶμα, τήν τε σκληρότητα τῶν ὀργάνων ἀλλήλοις παρατριβομένων, τήν τε τῆς ἐμφύτου θερμότητος αὔξησιν, τήν τε τοῦ πνεύματος κίνησιν βιαιοτέραν, ἕπεσθαι δὲ τούτοις ἄλλα σύμπαντα κατὰ μέρος ἀγαθὰ τοῖς σώμασιν ἐκ γυμνασίων γινόμενα, διὰ μὲν τὴν σκληρότητα τῶν ὀργάνων τήν τε δυσπάθειαν αὐτῶν καὶ πρὸς ἐνεργείας εὐτονίαν, διὰ δὲ τὴν θερμότητα τήν τε τῶν ἀναδιδομένων ὁλκὴν ἰσχυρὰν, καὶ τὴν ἀλλοίωσιν ἑτοιμοτέραν, καὶ τὴν θρέψιν βελτίονα, καὶ χύσιν ἁπάντων τῶν σωμάτων, ἐφ᾽ ᾗ χύσει τὰ μὲν στερεὰ μαλάττεσθαι, τὰ δὲ ὑγρὰ λεπτύνεσθαι, τοὺς πόρους δ᾽ εὐρεῖς γίνεσθαι συμβαίνει, διὰ δὲ τὴν τοῦ πνεύματος ἰσχυρὰν κίνησιν ἐκκαθαίρεσθαι τοὺς πόρους ἀναγκαῖόν ἐστι, καὶ κενοῦσθαι τὰ πε-

quae ſigillatim in exercitationis arte geruntur. Fuere autem (arbitror) genere duplicia, haec quidem ad excrementorum vacuationem, illa vero ad bonam ſolidarum partium habitudinem efficacia. Nam quoniam vehementior motus exercitatio eſt, neceſſe quidem eſt, tria haec ab ea perfici in corpore, quod exercetur, membrorum duritiem ex mutuo ipſorum attritu, genuini caloris incrementum, et ſpiritus citatiorem motum; ſequi vero haec reliqua omnia privatim commoda, quae corpus exercitiis accepta refert; utique ex membrorum duritie, tum ut minus ex labore afficiantur, tum ad actiones robur; ex calore, tum deducendorum in corpus validam attractionem, tum immutationem magis expeditam, tum nutritionum feliciorem et ſingulorum corporum perfuſionem, cujus perfuſionis beneficio et ſolida molleſcere, et humida tenuari, et exiguos corporeae molis meatus laxiores fieri accidit. At ſpiritus valentiore impetu et purgari hos omnes meatus neceſſe eſt, et excrementa ex-

ριττώματα. ἀλλ' εἴπερ ταῦτα ποιεῖ τὸ γυμνάσιον, οὐ χαλεπὸν ἔτι τὸν καιρὸν τῆς χρήσεως ἐξευρεῖν. διότι μὲν γὰρ ἀναδόσεσι συνεργεῖ, οὐ χρὴ πλῆθος ὠμῶν καὶ ἀπέπτων οὔτε σιτίων οὔτε χυμῶν ἢ κατὰ τὴν κοιλίαν ἢ ἐν τοῖς ἀγγείοις περιέχεσθαι· κίνδυνος γὰρ αὐτοῖς ἑλχθῆναι πρὸς ἅπαντα τοῦ ζώου τὰ μόρια, πρὶν χρηστοῖς γενέσθαι πεφθεῖσι σχολῇ ᾖ. διότι δὲ ἐκκαθαίρει τοὺς πόρους, καὶ κενοῖ τὰ περιττώματα, κάλλιον αὐτὸ πρὸ τῶν σιτίων ἀναλαμβάνεσθαι. τὰ μὲν γὰρ μὴ καθαρὰ τῶν σωμάτων, ὁκόσον ἂν θρέψῃς, μᾶλλον βλάψεις. ὥστε ἐκ τῶν εἰρημένων εὔδηλον, ὡς οὗτος ἄριστός ἐστι γυμνασίων καιρὸς, ἡνίκα ἡ μὲν χθιζινὴ τροφὴ τελέως ᾖ κατειργασμένη τε καὶ πεπεμμένη τὰς δύο πέψεις, τήν τε ἐν τῇ γαστρὶ καὶ τὴν ἐν τοῖς ἀγγείοις, ἑτέρας δ' ἐφεδρεύῃ τροφῆς καιρός. εἰ δ' ἢ τὸ πρόσθεν ἢ ὄπισθεν γυμνάζοις, ἢ χυμῶν ἀπέπτων ἐμπλήσεις τὸ ζῶον, ἢ τὴν ὠχρὰν χολὴν ἐπιτρέψεις γεννᾶσθαι πλείονα. γνωρίσματα δὲ τοῦ τοιούτου καιροῦ

pelli. Atqui si exercitatio haec praestat, haud difficile sane sit tempus usus ipsius statuisse. Nam quoniam distributionem in corpus adjuvat, non debet, quum administratur, crudi incoctique cibi aut succi multitudo vel in ventriculo vel in vasis contineri, unde periculum sit, ne prius, quam per maturam concoctionem utilis sit, in omnes animalis partes rapiatur. Quoniam vero et exiguos meatus expurgat, et excrementa expellit, utilius est ante cibos eam adhiberi; siquidem, *quae impura corpora sunt, atque ab excrementis parum purgata, haec, quo magis nutries, eo magis laedes.* Ex his itaque patere arbitror, tum esse ad exercitationem commodissimum tempus, quum hesternus cibus duplici concoctione jam prorsus sit confectus, et ea, quae in ventriculo, et ea, quae in vasis sanguinis agitur, ac jam denuo cibandi tempus instet. Quod si aut prius aut posterius exercitatione utaris, aut crudis humoribus hominem impleveris, aut pallidae bilis proventum auxeris. Sane hujusce tem-

τῶν οὔρων ἡ χροιά. [69] τὸ μὲν οὖν ὑδατῶδες ἄπεπτον ἔτι σημαίνει τὸν ἐκ τῆς γαστρὸς ἀναδιδόμενον χυμὸν ἐν τοῖς ἀγγείοις περιέχεσθαι· τὸ δὲ πυῤῥὸν καὶ χολῶδες, ἐκ πολλοῦ κατειργάσθαι· τὸ δὲ μετρίως ὠχρὸν ἄρτι τῆς δευτέρας πέψεως γενομένης ἐστὶ σημεῖον. ὅταν γὰρ μηδέπω χρώζηται τῇ χολῇ τὸ οὖρον, ὑδατῶδές τε καὶ λευκὸν φαίνεται· ὅταν δὲ πλέον ἀναδέξηται τοῦ προσήκοντος, πυῤῥόν. ἐπειδὰν γὰρ συμμέτρως ᾖ πυῤῥὸν, ἢ μετρίως ὠχρὸν, τηνικαῦτα ἄγειν ἐπὶ τὰ γυμνάσια, προαποθέμενον ὅσον ἂν ἐν τῇ κύστει καὶ τοῖς ἐντέροις τοῖς κάτω περιεχόμενον ᾖ περίττωμα· κίνδυνος γὰρ κἀκ τῶν τοιούτων εἰς τὴν ἕξιν τοῦ σώματος ἐγχυθῆναί τι τῇ ῥύμῃ τῆς ἐν τοῖς γυμνασίοις θερμότητος ἀναρπασθέν. εἰ μὲν οὖν εὐθέως ἀποδυσάμενός τις ἐπὶ τὰς ἰσχυροτέρας ἔρχοιτο κινήσεις, πρὶν μαλάξαι σύμπαν τὸ σῶμα, καὶ λεπτῦναι τὰ περιττώματα, καὶ τοὺς πόρους εὐρῦναι, κίνδυνος μὲν καὶ ῥῆξαί τι καὶ σπάσαι τῶν στερεῶν σωμάτων, κίνδυνος δὲ καὶ τὰ περιττώματα τῇ τοῦ

poris nota color eſt urinae. Quae enim aquoſa, crudum adhuc in venis eſſe indicat ſuccum, qui a ventriculo distribuitur; quae vero ruſa biloſaque eſt, jamdudum concoctum eſſe hujuſmodi ſuccum; quae modice pallet, peractae modo ſecundae concoctionis eſt ſignum. Quum namque bili infecta urina nondum eſt, et aquoſa et alba apparet; quum vero plus juſto ejus bilis acceperit, ruſa cernitur. Ergo, quum mediocriter eſt rufa, mediocriterve pallens, tum exercitatio adeunda, ſed expulſis prius excrementis, quae in veſica vel inferioribus inteſtinis continentur. Verendum enim, ne quid ex his in habitum corporis rapiatur, correptum videlicet caloris vi, qui per exercitationem accenditur. Ergo ſi quis poſita jam veſte protinus ad valentiores motus accedat prius, quam totum corpus molliatur, et excrementa extenuentur, et exigui carnis meatus laxentur timor eſt ſolidarum partium quampiam ruptum aut convulſum iri. Timendum praeterea eſt, ne excrementa ſpiritus impetu impulſa prae-

πνεύματος ῥύμη κινήσαντος τοὺς πόρους ἐμφράξαι. εἰ δὲ κατὰ μικρὸν προθερμήνας προμαλάξεις μὲν τὰ στερεὰ, προλεπτύνεις δὲ τὰ ὑγρὰ, καὶ τοὺς πόρους εὐρύνεις, κίνδυνος οὐδεὶς οὔτε τοῦ ῥῆξαί τι μόριον οὔτε τοῦ τοὺς πόρους ἐμφράξαι ἂν καταλάβοι τὸν γυμναζόμενον. ὅπως οὖν ταῦτα γένοιτο, χρὴ προθερμῆναί τε μετρίως ἀνατρίψαντα τῷ σινδόνι τὸ σύμπαν σῶμα, κἄπειτα δι' ἐλαίου τρίβειν. οὐ γὰρ δὴ εὐθέως τὸ χρῆσθαι τῷ λίπει συμβουλεύω, πρὶν θερμανθῆναί τε τὸ δέρμα, καὶ τοὺς πόρους εὐρυνθῆναι, καὶ συλλήβδην εἰπεῖν εὐτρεπισθῆναι τὸ σῶμα πρὸς τὸ καταδέξασθαι τὸ ἔλαιον. ἱκαναὶ δ' εἰς τοῦτο παντάπασιν ὀλίγαι περιαγωγαὶ τῶν χειρῶν ἄλυποί τε καὶ μετρίως ταχεῖαι, σκοπὸν ἔχουσαι θερμῆναι τὸ σῶμα χωρὶς τοῦ θλῖψαι· καὶ γὰρ καὶ φανεῖταί σοι, τούτων γιγνομένων, ἔρευθος εὐανθὲς ἐπιτρέχον ἅπαντι τῷ δέρματι. τότ' οὖν ἤδη τὸ λίπος ἐπάγειν αὐτῷ, καὶ τρίβειν γυμναῖς ταῖς χερσὶ συμμέτρως ἐχούσαις σκληρότητός τε καὶ μαλακότητος, ὅπως μήτε συνάγηται καὶ σφίγγηται τὸ σῶμα, μήτε ἐκλύηται καὶ

dictos meatus obturent. Sin autem fenfim prius calefaciendo et folidas partes praemollieris, et humores tenuaveris, et exiguos meatus laxaveris, nullum periculum nec rumpendi alicujus nec obftruendi ei, qui exercetur, impendebit. Ut ergo haec fiant, oportet linteolo totum corpus mediocriter fricando prius calefacere, mox oleo fricare. Neque enim protinus accedendum ad pingue cenfeo, ante videlicet quam cutis incaluerit, et meatus laxentur, et, ut femel dicam, quam praeparatum aptumque corpus fit ad oleum capiendum. Ei rei fatis omnino funt pauci manuum circumactus, qui nullo compreffu fint graves, et modice celeres, huc demum veluti ad metam directi, ut corpus citra compreffum calefaciant. Siquidem peractis his cernere licebit floridum ruborem per totam diffundi cutem. Tum igitur pingue inducendum, et nudis manibus, quae medium inter molle durumque modum fervent, infricandum, quatenus neque coactum et conftrictum corpus fit, neque ultra, quam par

χαλᾶται περαιτέρω τοῦ δέοντος, ἀλλ' ἐν τῇ φύσει φυλάττηται. τρίβειν δὲ κατὰ μὲν τὰς πρώτας ἐπιβολὰς ἀτρέμα, τοὐντεῦθεν δ' ἤδη κατὰ βραχὺ παραύξαντα, καὶ μέχρι γε τοσούτου τὴν τρίψιν ἐπὶ τὸ ῥωμαλεώτερον ἄγειν, ὡς θλίβεσθαι μὲν ἤδη σαφῶς τὴν σάρκα, μὴ θλᾶσθαι δέ· μὴ πολλῷ δὲ χρόνῳ τὴν οὕτως ἰσχυρὰν τρίψιν ἐπάγειν, ἀλλ' ἅπαξ ἢ δὶς ἐφ' ἑκάστου μέρους. οὐ γὰρ, ὥστε σκληρῦναι τὸ σῶμα τοῦ παιδὸς, οὕτω τρίβομεν, ὃν ἤδη τοῖς πόνοις προσάγομεν, ἀλλ' ὑπὲρ τοῦ προτρέψαι τε εἰς τὰς ἐνεργείας, καὶ συστρέψαι τὸν τόνον, καὶ τὴν ἐκ μαλακῆς τρίψεως ἀραιότητα σφίγξαι. σύμμετρον γὰρ αὐτοῦ τὸ σῶμα φυλάττεσθαι χρὴ, καὶ οὐδαμῶς οὔτε σκληρὸν οὔτε ξηρὸν ἀποτελεῖσθαι, μή πως ἐπίσχωμέν τι τῆς κατὰ φύσιν αὐξήσεως. τοῦ δὲ χρόνου προϊόντος, ὅταν ἤδη μειράκιον ἡμῖν γίγνηται, τότε καὶ τῇ σκληροτέρᾳ τρίψει χρησόμεθα, καὶ ταῖς μετὰ τὰ γυμνάσια ψυχρολουσίαις. ἀλλὰ περὶ μὲν τούτων αὖθις εἰρήσεται.

est, laxum resolutumque fiat, sed legitimae naturae modum servet. Infricandum vero primo contrectatu blandius, inde sensim paulo fortius, eatenus aucta semper ad valentius frictione, quoad jam carnem manifeste premat, citra tamen laesionem; haudquaquam tamen tam valida frictione diu utendum, sed semel aut bis in quaque parte; neque enim fricatur hujus pueri corpus, ut induretur, quum id jam ad exercitationem producimus, sed potius tum promptitudo ad actiones excitetur, tum robur colligatur, ac raritas laxitasque, quae mollem frictionem consecuta est, constringatur ac cogatur. Quippe medio temperamento servari hujus pueri corpus oportet, nec usquam durum mollieve effici, necubi naturale ejus incrementum inhibeatur. At procedente tempore, quando jam nobis sit adolescens, tum vero duriore frictione utemur, praeterea ab exercitatione frigida lavatione. Verum de his postea dicetur.

Κεφ. γ'. [70] Ἐν τῇ δὲ παρασκευαζούσῃ πρὸς τὰ γυμνάσια τρίψει, σκοπὸν ἐχούσῃ μαλάξαι τὰ σώματα, τὴν μέσην σκληρᾶς καὶ μαλακῆς ἐπικρατεῖν χρὴ ποιότητα, καὶ κατ᾽ ἐκείνην τυποῦσθαι τὸ σύμπαν. πολυειδεῖς δὲ ταῖς ἐπιβολαῖς τε καὶ περιαγωγαῖς τῶν χειρῶν αἱ ἀνατρίψεις γιγνέσθωσαν, οὐκ ἄνωθεν κάτω μόνον ἢ κάτωθεν ἄνω φερομένων αὐτῶν, ἀλλὰ καὶ πλαγίων, καὶ λοξῶν, ἐγκαρσίων τε καὶ σιμῶν. καλῶ δὲ ἐγκάρσιον μὲν τὸ ἐναντίον τῷ εὐθεῖ, σιμὸν δὲ τὸ βραχὺ τούτου παρεγκλῖνον ἐφ᾽ ἑκάτερα, καθάπερ γε καὶ τὸ τῆς εὐθύτητος ἑκατέρωσε πρὸς ὀλίγον ἐκτρεπόμενον ὀνομάζω πλάγιον· ὅσον δ᾽ ἀκριβῶς μέσον ἐστὶν εὐθείας τε καὶ ἐγκαρσίας φορᾶς, λοξὸν τοῦτο προσαγορεύω. καὶ μὲν δὴ καὶ τρίψιν τε καὶ ἀνάτριψιν οὐ διοίσει λέγειν, εἰδότας ὅτι τὸ τῆς ἀνατρίψεως ὄνομα συνηθέστερον τοῖς παλαιοῖς ἐστι, τὸ δὲ τῆς τρίψεως τοῖς νέοις. πολυειδεῖς δὲ κελεύω γίνεσθαι τὰς ἐπιβολάς τε καὶ περιαγωγὰς τῶν χειρῶν ἕνεκα τοῦ συμπάσας ὡς οἷόν τε τῶν

Cap. III. In praeparatoria vero ante exercitationes frictione, quae huc fpectat, ut corpus molliat, mollis duraeque mediam qualitatem dominari oportet, ac pro ejusdem qualitatis ratione, quicquid reliquum eft, exigi. Variae autem quam maxime ex manuum injectu circumactuque frictiones effe debebunt; nec fuperne modo deorfum, aut inferne furfum adhibitae, fed etiam tum in fubrectum, tum in obliquum, tum in tranfverfum, tum in fubtranfverfum. Voco tranfverfum, quod recto eft contrarium; fubtranfverfum vero, quod paululum in utramque partem declinat; rurfus fubrectum, quod a recto paululum utroque verfus recedit; obliquum, quod recti tranfverfique plane eft medium. Quin etiam frictionem aut perfrictionem dicere nihil refert, fi fciverimus, perfrictionis nomen veteribus, frictionis recentioribus ufitatum effe. Varium autem fieri manuum tum injectum, tum circumactum velim, quo videlicet univerfae,

μυῶν τὰς ἶνας ἐκ παντὸς μέρους ἀνατρίβεσθαι. τὸ γὰρ οἴεσθαι, τὴν μὲν ἐγκάρσιον ἀνάτριψιν, ἣν δὴ καὶ στρογγύλην ὀνομάζουσιν ἔνιοι, σκληρύνειν καὶ πυκνοῦν καὶ σφίγγειν καὶ συνδεῖν τὰ σώματα, τὴν δὲ εὐθεῖαν (234) ἀραιοῦν τε καὶ χαλᾷν καὶ μαλάττειν καὶ λύειν, ἐκ τῆς αὐτῆς ἐστιν ἀγνοίας, ἐξ ἧσπερ καὶ τὰ ἄλλα, ἃ περὶ τῆς τρίψεως εἴρηται τοῖς πλείστοις τῶν γυμναστῶν. πλεῖον γὰρ οὐδὲν οὐδεὶς ἔχει περὶ δυνάμεων τρίψεως εἰπεῖν ὧν Ἱπποκράτης ἔγραψεν ἐν τῷ κατ᾽ ἰητρεῖον, ὑπὸ μὲν τῆς σκληρᾶς δεῖσθαι τὸ σῶμα λέγων, ὑπὸ δὲ τῆς μαλακῆς λύεσθαι, καὶ ὑπὸ μὲν τῆς πολλῆς ἰσχναίνεσθαι, σαρκοῦσθαι δὲ ὑπὸ τῆς μετρίας. ἔχει δὲ ἡ ῥῆσις ὧδε. ἀνάτριψις δύναται λῦσαι, δῆσαι, σαρκῶσαι, μινυθῆσαι· ἡ σκληρὰ δῆσαι, ἡ μαλακὴ λῦσαι, ἡ πολλὴ μινυθῆσαι, ἡ μετρίη σαρκῶσαι. τέτταρες γὰρ αὗται διαφοραὶ κατὰ γένος ἐπὶ τέσσαρσι δυνάμεσί τε καὶ χρείαις ἁπασῶν τρίψεών εἰσιν. εἰ δὲ καὶ τὰς μέσας αὐτῶν προσλογιζοίμεθα συνεμφαινομένας ταῖς εἰρημέναις, ἓξ αἱ

quoad fieri poteft, mufculorum fibrae omni ex parte fricentur. Siquidem ejus fententiae effe, quafi tranfverfa frictio (quam etiam rotundam aliqui vocant) duret, denfet, contrahat et conftringat, recta contra rarefaciat, laxet, molliat et refolvat corpora, ejufdem plane infcitiae eft, cujus caetera, quae plerisque gymnaftarum de frictione traduntur. Nam, qui plus de frictionum virtute afferat, quam quae Hippocrates in libro de officina medici prodidit, nemo plane eft. Ait enim, dura frictione conftringi corpus, molli folvi, multa extenuari, mediocri craffefcere. Habent vero fe ejus verba ad hunc modum: *Frictio vim habet folvendi, aftringendi, carnem augendi, minuendi: nempe dura aftringendi; mollis folvendi; multa minuendi; mediocris carnem augendi.* Quatuor enim hae genere differentiae in quadruplici omnis frictionis tum facultate tum ufu funt. Quod fi medias quoque harum, quae una cum his intelligendas fe exhibent, annumeres, fex in univerfum differentiae

ἅπασαι διαφοραὶ γενήσονται. πόθεν οὖν ἐπῆλθε τοῖς πλείστοις τῶν νεωτέρων γυμναστῶν οὕτω πολλὰς διαφορὰς γράψαι τρίψεων, ὡς μηδὲ ἀριθμῆσαι ῥαδίως αὐτὰς δύνασθαι; πόθεν ἄλλοθεν, ἢ ὅτι λογικῆς θεωρίας παντάπασιν ἀγύμναστοι ὄντες οὐ συνεῖδον ἅμα ταῖς οἰκείαις τῆς τρίψεως διαφοραῖς ἐνίοτε μὲν καὶ τῶν ἔξωθέν τινος μνημονεύοντες, ἐνίοτε δὲ καὶ τὰς ἀπεργαζομένας ἑκάστην τρίψιν αἰτίας ἀναγράφοντες, ἔστιν ὅτε δὲ καὶ πρὸς ἀλλήλας ἐπιπλέκοντες αὐτάς τε τὰς γνησίας διαφορὰς καὶ ὅσας οὐκ ὀρθῶς αὐταῖς προσέθεσαν. ὅταν μὲν [71] γὰρ λέγωσι, τὰς τρίψεις ἀλλήλων διαφέρειν τῷ τὰς μὲν ἐν ὑπαιθρίῳ γίγνεσθαι, τὰς δὲ ἐν καταστέγῳ, τὰς δὲ ἐν ὑποσυμμιγεῖ σκιᾷ, καὶ τὰς μὲν ἐν ἀνεμώδει χωρίῳ, τὰς δὲ ἐν γαληνῷ, καὶ τὰς μὲν ἐν θερμῷ, τὰς δὲ ἐν ψυχρῷ, τὰς μὲν ἐν ἡλίῳ, τὰς δὲ ἐν βαλανείῳ, τὰς δὲ πρὸ βαλανείου, τὰς δὲ ἐν παλαίστρᾳ, καὶ τοιοῦτόν τινα ποιοῦντες κατάλογον, οὐκ οἰκείας διαφορὰς τρίψεων λέγουσιν, ἀλλ' ὧν οὐκ ἄνευ τινὸς ὁ τριβόμενός ἐστιν. ἀνάγκη γὰρ πάντως αὐτὸν ἔν τινι χωρίῳ

existent. Undenam igitur plurimis neotericorum gymnastarum succurrit tam numerosas frictionum differentias prodere, quas vel numero comprehendere facile non est? Non aliunde certe, quam quod logicae contemplationis plane expertes cum propriis frictionum differentiis externa alienaque imprudentes nonnunquam confundunt, interim etiam, quod causas frictiones singulas efficientes adjiciunt, interim tum legitimas ipsas inter sese frictionum differentias connectunt, tum vero cum his etiam, quas ipsi perperam excogitarunt. Quum enim dicant, frictiones inter se distare, quod aliae sub dio fiant, aliae sub tecto, aliae in admixta umbra, rursus aliae in perflato loco, aliae in tranquillo, item aliae in calido, aliae in frigido, aliae in sole, aliae in balneo, aliae ante balneum, aliae in palaestra, talemque catalogum faciant, sane non proprias frictionum differentias afferunt, sed eas, sine quarum aliqua, qui fricatur, esse non potest, inculcant; quippe quem necesse omnino est in aliquo ter-

τῶν κατὰ τὴν οἰκουμένην ὑπάρχειν, καὶ πρός γε τῷ χωρίῳ χειμῶνος, ἢ θέρους, ἢ κατά τινα τῶν ἄλλων ὡρῶν. ἐπειδὰν δὲ τὰς μὲν τῷ μετὰ πλείονος ἐλαίου, τὰς δὲ τῷ μετὰ ἐλάττονος, ἢ παντάπασιν ἐλαίου χωρὶς, ἤτοι διὰ τῶν χειρῶν μόνον, ἢ μετὰ κόνεως, ἢ διὰ σινδόνων, καὶ τούτων ἤτοι σκληρῶν ἢ μαλακῶν γίγνεσθαι διαφέρειν ἀλλήλων λέγωσι τὰς τρίψεις, αἰτίων καταρίθμησιν ποιοῦνται τῶν ἤτοι σκληρὰν ἢ μαλακὴν ἀπεργαζομένων τὴν τρίψιν. ἐξ οὗ γένους τῶν αἰτίων ἐστὶ καὶ τὸ τὰς χεῖρας τῶν τριβόντων ἤτοι σκληρὰς ἢ μαλακὰς εἶναι, καὶ ἤτοι πιέζειν σφοδρῶς, ἢ πράως ἐφάπτεσθαι. τὸ δὲ τρίτον εἶδός ἐστι τῶν πολλὰς τῆς τρίψεως οἰομένων εἶναι διαφορὰς ἐκ τοῦ κατὰ συζυγίας τινὰς ἐπιπλέκειν ἀλλήλοις ἅπαντα τὰ νῦν εἰρημένα. ὅσοι μὲν οὖν αὐτῶν ἢ τὰς ἔξω περιστάσεις τῶν πραγμάτων, ἢ τὰς αἰτίας τῶν οἰκείων διαφορῶν ἀλλήλαις ἐπιπλέκουσιν, εὐφωρατότεροι γίνονται μὴ γινώσκοντες ὀρθῶς· ὅσοι δὲ κατὰ τὰς οἰκείας διαφορὰς ποιοῦνται τὰς συζυγίας, ἧττον οὗτοι γνωρίζονται σφαλλόμενοι. εἰσὶ δὲ καὶ οἳ σο-

rarum loco effe, praeterque locum vel aeftate, vel hyeme, vel aliquo alio anni tempore. Quum vero ita diffidere dicant inter fe frictiones, quod aliae cum copiofo oleo, aliae exiguo fiant, aut prorfus fine oleo, idque vel manibus tantum, vel etiam cum pulvere, vel per linteum, atque hoc vel afperum, vel lene, caufarum plane, quibus frictio dura mollifve efficitur, enumerationem faciunt. Ex quo nimirum caufarum eft genere, et quod ipfae fricantium manus durae aut molles fint, item valide premant, blandeve fint admotae. Tertia fpecies, quam afferunt ii, qui multas frictionum differentias autumant, inde nafcitur, quod omnia jam dicta inter fe per conjugationes quafdam copulent. Qui itaque ex his aut externas rerum circumftantias, aut verarum differentiarum caufas inter fe copulant, facile deprehenduntur parum recte fentire. Qui vero ex propriis differentiis conjugationes nectunt, horum non adeo facile deprehenditur error: imo nonnulli fapientiae quoque laudem re-

φίας δόξαν ἀπηνέγκαντο, καὶ δοκοῦσι πλέον εὑρηκέναι τῶν ὑφ' Ἱπποκράτους εἰρημένων. ὧνπερ οὖν καὶ Θέων ὁ γυμναστής ἐστιν, ὅστις ἔδοξε βέλτιον Ἱπποκράτους ἐγνωκέναι περὶ τρίψεως. ἀφορισαμένου γὰρ ἐκείνου κατὰ τὴν προγεγραμμένην ῥῆσιν, ἐν μὲν τῇ κατὰ ποιότητα διαφορᾷ τήν τε μαλακὴν καὶ σκληρὰν, ἐν δὲ τῇ κατὰ ποσότητα τήν τε πολλὴν καὶ τὴν μετρίαν, ὁ Θέων οὐκ ἀξιοῖ μνημονεύειν οὔτε ποιότητος οὔτε ποσότητος ἰδίᾳ, γράφων ἐν ἄλλοις τέ τισι καὶ τῷ τρίτῳ τῶν γυμναστικῶν ὧδε. ἀρέσκει περὶ τρίψεως παραγγέλλοντας, δεῖν ἀεὶ συναρμόττειν ταῖς ποιότησι τὰς ποσότητας. καθ' ἑαυτὰς μὲν γὰρ ἀτελεῖς εἶναι πρὸς τὴν ἐν τοῖς ἔργοις κατόρθωσιν. τὴν γοῦν μαλακὴν τρίψιν παρὰ τὴν ποσότητα τριῶν ἀποτελεσμάτων ποιητικὴν γίνεσθαι· τὴν μὲν γὰρ ὀλίγην ἀνιέναι πως τὴν σάρκα καὶ εὐαφῆ ποιεῖν, τὴν δὲ πολλὴν διαφορεῖν καὶ τήκειν, τὴν δ' αὐτάρκη σαρκοῦν τὸ σῶμα πλαδαρᾷ καὶ κεχυμένῃ σαρκί. ὁμοίως δὲ καὶ τὴν σκληρὰν τρίψιν παρὰ τὴν ποσότητα καὶ ἴσον ἀριθμὸν ἀποτελεσμάτων ποιεῖν· πολλὴν

tulerunt, et videntur plura inveniſſe, quam quae ab Hippocrate dicta ſunt: quorum eſt Theon gymnaſtes, qui rectius, quam Hippocrates, ſenſiſſe de frictione eſt viſus. Nam quum is in modo comprehenſis verbis in ea differentia, quae ex qualitate ſpectatur, mollem et duram, in ea vero, quae ex quantitate, multam et mediocrem collocet, Theon qualitatis quantitatiſve minime faciendam mentionem ſeorſum cenſet, ſcribens cum alibi, tum vero in tertio Gymnaſticorum hunc in modum: *De frictione praecipientes, placet quantitates ſemper cum qualitatibus coaptandas eſſe; per ſe namque imperfectiores ſunt, quam ut aliquis ſucceſſus ex ipſis proveniat. Quippe mollis frictio pro quantitatis modo triplex opus efficit. Pauca enim leviter carnem remittit, ac facile contrectabilem reddit; multa diſſolvit et liquat; mediocris laxa et fluida carne implet. Simili modo dura pro quantitatis ratione totidem numero effectus reddit.*

γὰρ προσαχθεῖσαν σφίγγειν τὰ σώματα καὶ συνδεῖν, καὶ φλεγμονῇ τι παραπλήσιον ἀπεργάζεσθαι, τὴν δὲ αὐτάρκη σαρκοῦν μεμειωμένῃ καὶ εὐπεριγράπτῳ σαρκὶ, τὴν μέντοι γε ὀλίγην ἐρευθῆ πρὸς ὀλίγον χρόνον τὴν ἐπιφάνειαν ποιεῖν. οὐκ ἀξιοῖ δὲ περὶ τῆς σκληρᾶς τρίψεως ἰδίᾳ καθ' ἑαυτὴν οὐδὲν παραγγέλλειν τὸν γυμναστὴν, ἀλλὰ συναρμόζειν αὐτῇ τὸ ποσὸν, εἴπερ τι μέλλοι τότε κατόρθωμα πλέον ἐν τοῖς ἔργοις τῆς τέχνης ἔσεσθαι. κατὰ δὲ τὸν αὐτὸν τρόπον οὐδὲ περὶ τῆς μαλακῆς ἰδίᾳ καθ' ἑαυτὴν οὐδὲν ἡγεῖται νῦν ὑποτίθεσθαι· μὴ γὰρ δύνασθαί ποτε γενέσθαι μαλακὴν τρίψιν αὐτὴν καθ' ἑαυτὴν μόνην ἄνευ τοῦ πολλὴν, ἢ ὀλίγην, ἢ σύμμετρον ὑπάρχειν. εἶθ' ἑξῆς διηγεῖται κατὰ συζυγίαν, ὅσα περὶ τοῖς σώμασιν ἡμῶν ἐργάζεσθαι πεφύκασιν· τὴν μὲν ὀλίγην τε ἅμα καὶ μαλακὴν ἀνιέναι πως τὴν σάρκα καὶ εὐαφῆ ποιεῖν, ἀποφαινόμενος οὐδὲν ἢ τὸ λῦσαι πρὸς Ἱπποκράτους εἰρημένον, [72] ἑτέροις ὀνόμασιν ἑρμηνεύων· τὸ γὰρ ἀνιέναι τὴν σάρκα καὶ εὐαφῆ ποιεῖν τί ἄλλο ἢ λύειν ἐστὶ τὰ συνδεδεμένα καὶ συνημμένα;

Multa namque adhibita contrahit constringitque corpora, et phlegmonae persimile quippiam relinquit; mediocris implet imminuta et evidenter circumscripta expressaque carne; exigua vero in summa cute ruborem ad tempus excitat. Non censet autem de dura per se et seorsum quicquam gymnastae praecipiendum, sed ei quantitatem adjungi debere, si quis paulo commodior ex artis opere successus sit futurus. Pari modo nec de molli per se et seorsum quicquam nunc tradendum existimat; neque enim adhiberi usquam posse mollem frictionem tantum, et quae nec multa, nec exigua, nec mediocris sit. Deinde memorat, quaecunque per conjugationem in corporibus nostris naturaliter efficiuntur, utique paucam cum molli carnem remittere leviter et tactu mollem reddere pronuncians. Ubi aliud plane nihil, quam quod Hippocrates verbo solvere significavit, aliis verbis interpretatur. Quippe laxare carnem et mollem tactu reddere quid aliud est, quam solvere, quae colligata et coacta

Ed. Chart. VI. [72.] Ed. Baf. IV. (234.)

προσέθηκε δὲ τῷ λόγῳ τὸ ποσῶς, οὐ τὸ γένος τῆς ἐνεργείας ὑπαλλάττων, ἀλλὰ τὸ ποσὸν ἐν αὐτῷ διορίζων. μαλάττει γὰρ ἐπ᾽ ὀλίγον ἡ τοιαύτη τρίψις, ὡς, εἴ γ᾽ ἐπὶ πλεῖον γένοιτο, μαλάξει μὲν ἔτι καὶ νῦν, ἀλλὰ μειζόνως, ἢ πρόσθεν. ὅτι τοίνυν οὐ μεγάλως, οὐδ᾽ ἱκανῶς, ἀλλὰ καὶ βραχέως ἡ ὀλίγη καὶ μαλακὴ τρίψις ἀνίησί τε καὶ μαλάττει τὰ σώματα, διὰ τῆς τοῦ ποσῶς προσθήκης ἐδήλωσεν· οὐδέπω κατά γε τοῦτο τῶν ὑφ᾽ Ἱπποκράτους εἰρημένων διδάσκων περιττότερον, ὥσπερ οὐδ᾽ ἐν τῷ φάναι, τὴν αὐτάρκη καὶ μαλακὴν σαρκοῦν τὸ σῶμα πλαδαρᾷ καὶ κεχυμένῃ σαρκί. διότι μὲν γὰρ αὐτάρκης, σαρκώσει, διότι δὲ μαλακὴ, λύσει, τοῦτ᾽ ἔστι μαλάξει, ὅπερ ἴσον ἐστὶ τῷ πλαδαρὰν καὶ κεχυμένην ἐργάσασθαι τὴν σάρκα. ἐχρῆν δ᾽ αὐτὸν, ὥσπερ ὑπὲρ τούτων εἶπεν ὀρθῶς, οὕτως καὶ ὁπότε περὶ τῆς πολλῆς τε ἅμα καὶ μαλακῆς διαλέγεται, μὴ τοῦτο μόνον εἰπεῖν, ὅτι διαφορεῖν καὶ τήκειν πέφυκεν, ἀλλὰ καὶ ὁποίαν τινὰ τὴν ὑπόλοιπον ἐργάζεται σάρκα. οὐ γὰρ δὴ

facere? Adjecit vero fermoni leviter five quodammodo, non genus actionis immutans, fed quantitatem ejus definiens. Mollit enim exigue, quum adhibetur, ejusmodi frictio; quandoquidem, fi amplius fit adhibita, mollit quidem et tunc, caeterum largius quam antea. Quod ergo nec magnopere, nec mediocriter, fed exigue remittit mollitque corpora pauca ac mollis frictio, per verbum illud, leviter, quod adjecit, declarat; ne hic quidem per hoc faltem iis, quae Hippocrates praecipit, quicquam tradens amplius; aeque nec, quum mediocrem et mollem addere corpori inquit laxam et fluidam carnem. Nam quoniam mediocris, idcirco carnem augebit; quoniam mollis, folvet, hoc eft, molliet. Id quod tantundem eft, ac laxam et fluidam carnem efficere. Erat autem hujus officium, ficuti de his recte praecipit, et fic, cum de multa fimul et molli difputat, non id modo dicere, quod halitu digerere ac liquare poteft, fed qualem etiam carnem relinquat apponere. Non enim ritu

πᾶσαν τὴν οὐσίαν διαφορεῖ καὶ τήκει, καθάπερ τὸ πῦρ, ἀλλά τι καὶ καταλείπει πάντως. τοῦτο οὖν τὸ καταλειπόμενον ὁποῖόν τι τὴν ἰδέαν ἐστὶν, ἐχρῆν, οἶμαι, προσκεῖσθαι τῷ λόγῳ, καὶ μὴ μόνον τὸ τῆς πολλῆς τρίψεως ἴδιον ἔργον εἰπόντα τὸ τῆς μαλακῆς παραλιπεῖν. ὅτι μὲν ἡ πολλὴ διαφορεῖ, καὶ πρὸς Ἱπποκράτους εἴρηται πρόσθεν· ἀλλ' οὐχ ἁπλῶς ὑπὲρ τῆς πολλῆς ἐνεστήσατο τὸν λόγον ὁ Θέων, ἀλλὰ κατὰ συζυγίαν ἠξίωσε διδάσκειν, ἀπὸ τῆς πρώτης μὲν ἀρξάμενος τῆς τε ὀλίγης τε ἅμα καὶ μαλακῆς, ἐπὶ δευτέραν δὲ μεταβὰς τὴν μαλακήν τε ἅμα καὶ πολλὴν, εἶθ' ἑξῆς τρίτης μνημονεύσας τῆς μαλακῆς τε ἅμα καὶ συμμέτρου. ὥσπερ οὖν ἐπί τε τῆς πρώτης καὶ τρίτης συζυγίας οὐκ ἐσιώπησε τὸ τῆς ποιότητος ἔργον, οὕτως ἐχρῆν αὐτὸν οὐδὲ ἐπὶ τῆς δευτέρας παραλιπεῖν, ἀλλὰ κἀνταῦθα φάναι, τὴν πολλήν τε ἅμα καὶ μαλακὴν τρίψιν διαφορεῖν τε ἅμα καὶ μαλακὴν ἀπεργάζεσθαι τὴν σάρκα· πλὴν εἰ τὸ τήκειν ἀντὶ (235) τοῦ μαλάττειν χρὴ δέξασθαι, καὶ οὕτως ἀληθὲς μένει τὸ εἰρημένον. οὐχ ὅπως δὲ διαβάλλει τὴν

ignis universam fubftantiam exhaurit liquatque, fed aliquid omnino relinquit. Id igitur, quod relictum eft, qualenam demum fpecie fit, adjicere (arbitror) fermoni oportuit, neque tantum multae frictionis proprio effectu pofito mollis opus omittere. Quod igitur multa diffolvat, etiam ab Hippocrate prius dictum eft. Verum non abfolute de multa Theon fermonem inftituit, fed per conjugationem docendum effe cenfuit, utique a prima aufpicatus, nempe pauca et molli; poft fecundam aggreffus, mollem et multam; inde tertiam memorans, mollem fcilicet et mediocrem. Sicuti igitur in prima conjugatione et tertia proprium qualitatis effectum non diffimulavit, ita nec in fecunda fuppreffiffe eum decuit; quin hic quoque docuiffet multam fimul et mollem frictionem non modo diffolvere, fed etiam mollem carnem reddere; nifi forte id, quod liquare dixit, pro mollire audiendum eft. Atque ita quidem verum fit, quod dicit. Caeterum fic

Ed. Chart. VI. [72.] Ed. Baf. IV. (235.)

Ἱπποκράτους διδασκαλίαν, ἀλλὰ καὶ παντὸς μᾶλλον ὁμολογεῖ αὐτήν. εἴπερ γὰρ ἡ μαλακὴ τρῖψις ἀεὶ μὲν ἁπαλὸν ἐργάζεται τὸ σῶμα, κἂν ὀλίγη, κἂν πολλὴ, κἂν σύμμετρος ὑπάρχῃ, προσέρχεται δ᾽ αὐτῇ οὐδέν τι παρὰ τῆς ποσότητος ἕτερον, ἀχώριστον ἔσται τῆς μαλακῆς τρίψεως τὸ μαλάττειν, ὥσπερ, οἶμαι, καὶ τῆς σκληρᾶς τὸ σκληρύνειν, ἢ συνάγειν, ἢ σφίγγειν, ἢ δεῖν, ἢ πυκνοῦν, ἢ δυσαφῆ τὴν σάρκα ποιεῖν, ἢ ὡς ἄν τις ἑτέρως ἑρμηνεύειν ἐθέλοι ταὐτὸν πρᾶγμα. πρῶτον μὲν γὰρ καὶ κύριον ὄνομα τῆς οὕτως διατιθεμένης σαρκός ἐστι τὸ σκληρὸν, ὥσπερ καὶ τῆς ἐναντίας αὐτῇ τὸ μαλακόν. οὐ μὴν ἀλλὰ καὶ τῶν ἄλλων ἕκαστον, ὡς εἶπον, ἐγχωρεῖ λέγειν. καὶ διὰ τίνα μὲν τὴν αἰτίαν οὕτω πολλοῖς ὀνόμασιν οἷόν τε χρῆσθαι καθ᾽ ἑνὸς πράγματος, ὀλίγον ὕστερον εἰρήσεται· νῦν δὲ, ὡμολόγηται γὰρ τοῦτο, τὴν μὲν αἰτίαν αὐτοῦ λέγειν ἔν γε τῷ παρόντι παραλίπωμεν. ὅτι δ᾽ ἐξ ἀνάγκης ἕπεται τῇ μαλακῇ τρίψει τὸ μαλακὰ ποιεῖν τὰ σώματα, πρόδηλον ἐκ τῶν εἰρημένων. εἰ γὰρ μὴ πολλὴν, μήτ᾽ ὀλίγην, μήτε σύμμετρον

non modo Hippocratis doctrinam non accufat, fed multo maxime confirmat; etenim, fi mollis frictio femper molle tenerumque corpus reddit, five ea exigua, five multa, five mediocris fit, tum illi ex quantitate nihil accedit diverfum, infeparabilis plane a molli frictione erit molliendi facultas, ficuti a dura certe vis durandi, cogendi, conftringendi, ligandi, denfandi, aut tactu duram carnem reddendi, aut quomodocunque aliter eandem rem interpretari malis. Quippe primum et proprium nomen ita affectae carnis eft durities, ut ejus, quae diverfe afficitur, mollities: quamquam etiam reliquorum, quae dixi, nominum quolibet uti licet. Et quam ob caufam tam variis nominibus unam interpretari rem liceat, paulo poft dicemus. Nunc quoniam controverfa res non eft, caufam ejus ad praefens faltem differamus. Quod autem mollem frictionem neceffario confequitur, ut corpora molliat, id plane clarum ex jam dictis eft. Nam fi nec qui multa

τὴν τοιαύτην τρίψιν παραλαβὼν σκληρὸν ἐργάσασθαί ποτε δυνήσῃ τὸ σῶμα, δῆλον ὡς ἀχώριστον αὐτῆς ἐστι τὸ μαλάττειν, ὥσπερ γε καὶ τῆς σκληρᾶς τὸ συνδεῖν τε καὶ σκληρύνειν. καὶ γὰρ καὶ ταύτην [73] ἄν τ' ὀλίγην, ἄν τε πολλὴν, ἄν τε σύμμετρον παραλάβῃς, οὐδέποτε μαλάξεις τὸ σῶμα κατ' οὐδεμίαν ποσότητα, διὰ παντὸς δὲ σκληρὸν ἀπεργάσῃ μᾶλλον, ἢ ἧττον, ἐπὶ πλέον τρίβων μᾶλλον, ἐπ' ἔλαττον δὲ ἧττον· εἰ δὲ καὶ παντελῶς ὀλίγας τὰς σκληρὰς ἐπιβολὰς ποιησάμενος ἀρκεσθείης, ἀνάλογον τῇ τούτων βραχύτητι καὶ σκληρότης ἀπαντήσεται, καθάπερ καὶ ὁ πυρὶ πλησιάζων ἀεὶ μὲν θερμαίνεται, κἂν ἐπὶ πολὺν χρόνον αὐτῷ τύχῃ πλησιάζων, κἂν ἐπ' ὀλίγον, ἀλλὰ μᾶλλον μὲν τοῦθ' ὁ πολυχρονίως ὁμιλῶν, ἧττον δὲ ὁ μέχρι βραχέος, ἐπ' ἐλάχιστον δὲ ὁ ψαύσας μόνον. οὕτω κἂν ταῖς τρίψεσιν ὁμοιοῦται διαπαντὸς τὸ σῶμα, πρὸς μὲν τῆς μαλακῆς μαλαττόμενον, ὑπὸ δὲ τῆς σκληρᾶς σκληρυνόμενον, οὐ μὴν ἴσῳ γε τῷ μέτρῳ διαπαντὸς, ἀλλ' ὑπὸ μὲν τῆς πλείονος μᾶλλον, ὑπὸ δὲ τῆς ἐλάττονος ἧττον, ὥσπερ γε καὶ ὑπὸ μὲν τῆς πλείστης μάλιστα, ὑπὸ δὲ τῆς ἐλα-

ea, nec qui pauca, nec qui mediocri uſus fuerit, durum unquam corpus reddiderit, perſpicuum eſt molliendi vim nuſquam ab ea ſejungi, ſicuti nec dura colligandi et durandi; quippe quum hanc quoque ſive paucam, ſive multam, ſive mediocrem adhibeas, nunquam quantitatis ullius ratione corpus mollias, ſed ſemper duritiei plus minuſve adjicias, ſcilicet uberius perfricans plus, parcius vero minus. Quod ſi paucis omnino durisque manuum injectionibus contentus fueris, durities quoque proportione reſpondebit. Sicuti enim, qui igni ſe admovit, ſemper calefit, ſive exiguo tempore id faciat, ſive diu, ſed magis, qui diutius verſatur, minus, qui brevi ſpatio; minime vero, qui tantum acceſſit; ita frictione quoque corpus ſemper pro ratione afficitur, a molli emollitum, a dura duratum, non tamen pari ſemper menſura, ſed a pluſcula magis, a parciore minus, a plurima maxime, a mi-

χίστης ἥκιστα. τοίνυν ὁ Θέων, ὁπότε περὶ τῆς μαλακῆς τε καὶ πολλῆς τρίψεως διαλεγόμενος διαφορεῖν καὶ τήκειν εἶπεν αὐτὴν, εἰ μὲν τὸ κενοῦν διὰ τοῦ τήκειν δηλοῖ, πλέον οὐδὲν σημαίνει τοῦ διαφορεῖν· ὥστε δὶς μὲν ἂν εἴη ταὐτὸν εἰρηκὼς, παραλελοιπὼς δὲ προσθήκην ἀναγκαίαν τῆς γινομένης περὶ τὸ σῶμα διαθέσεως ἐκ τῆς μαλακῆς τρίψεως· εἰ δὲ τὸ μαλάττειν, ἢ λύειν, ἢ χαλᾷν, ἢ ὅπως ἂν ἑτέρως ὀνομάζειν ἐθέλῃ, παραλείψεται μὲν οὕτως οὐδὲν αὐτῷ, τὰ δ' Ἱπποκράτους λέγων φωραθήσεται διὰ μοχθηροτέρου τρόπου διδασκαλίας. ὅτι μὲν ὁ τοιοῦτος τρόπος τῆς διδασκαλίας μοχθηρότερός ἐστιν ἧς Ἱπποκράτης ἔγραψεν, ὀλίγον ὕστερον ἐπιδείξομεν· ὅτι δὲ, εἴπερ τὸ τήκειν ἀντὶ τοῦ μαλάττειν εἴρηκεν, οὐδὲν τῶν Ἱπποκράτους λέγει περιττότερον, ἄντικρυς δῆλον. εἰπόντος γὰρ ἐκείνου, τὴν μὲν μαλακὴν λύειν, τὴν δὲ πολλὴν ἰσχναίνειν, εὔδηλον ἂν εἴη παντί γε τῷ νοῦν ἔχοντι συλλογίσασθαι, τὴν ἐκ τῆς μαλακῆς τε ἅμα καὶ πολλῆς σύνθετον ἰσχναίνειν τε ἅμα καὶ

nima minime. Theon ergo, quum de molli fimul et copiofa frictione difputans diffolvere liquareque eam dixit, fi quidem per liquare verbum inanire intelligit, aliud plane nihil fignificaverit, quam diffolvere; quare bis idem dixerit, praetermiferit autem, quod neceffario fuerat addendum, nempe eum affectum, qui ex molli frictione in corpore relinquitur; fin mollire, folvere, remittere, aut aliud quippiam ejufmodi dicere velit, fic fane reliquerit quidem nihil, caeterum, quum ea, quae Hippocratis funt, dicit, ob minus idoneam docendi rationem in furto deprehendetur. Quod itaque ejufmodi docendi modus deterior fit eo, quo ufus Hippocrates eft, paulo poft oftendam. Quod vero, fi liquare pro eo, quod eft mollire, accipit, nihil iis, quae Hippocrates praedixit, amplius prodidit, plane manifeftum eft. Nam, quum ille dicat, mollem folvere, multam extenuare, quis non facile colligat, qui praefertim mentis fit compos, eam, quae ex molli multaque pariter compofita fit, extenuare fimul ac

μαλάττειν. ἀλλ' οὐχ ὁ Θέων ἔοικεν οὕτω γινώσκειν, ἀλλ' ὅπερ ἐν τῷ πρώτῳ τῶν γυμναστικῶν ἰσχναίνειν εἶπε δι' ἑνὸς ῥήματος, τοῦτ' ἐν τῷ τρίτῳ διὰ δυοῖν, τοῦ τε διαφορεῖν καὶ τήκειν. ἔχει γὰρ οὖν δὴ καὶ ἡ ἐν τῷ πρώτῳ ῥῆσις ὧδε. ἐκ δὲ τῶν ἐναντίων τὴν μαλακὴν τρῖψιν, πολλὴν μὲν γενομένην, ἰσχναίνειν τὰ σώματα, αὐτάρκη δὲ, σαρκοῦν τρυφερᾷ καὶ κεχυμένῃ σαρκί. φανερῶς γὰρ ἐνταῦθα τὴν μαλακήν τε ἅμα καὶ πολλὴν τρῖψιν ἰσχναίνειν ἔφησε τὰ σώματα. ὅτι δ' ἀναγκαῖον ἦν οὐ μόνον τὸ τῆς πολλῆς ἴδιον, ἀλλὰ καὶ τὸ τῆς μαλακῆς εἰπεῖν, καὶ αὐτὸς ὁ Θέων ἐνεδείξατο διὰ τῆς ἑξῆς ῥήσεως, ἐν ᾗ περὶ τῆς σκληρᾶς τρίψεως διδάσκων τὴν πολλὴν σφίγγειν τὰ σώματα καὶ συνδεῖν καὶ φλεγμονῇ τι παραπλήσιον ἐργάζεσθαί φησιν. ὃ γὰρ εἶχε συμμέτρως ὑπάρχουσα τῇ ποσότητι, τοῦτο πλεονασθεῖσα μᾶλλον ἐπεκτήσατο. πάντες οὖν ὁμολογοῦσι, τὴν σύμμετρον σκληρὰν σαρκοῦν τὸ σῶμα σκληρᾷ σαρκὶ, καθάπερ γε καὶ τὴν σύμμετρον μαλακὴν σαρκοῦν μὲν καὶ αὐτὴν, ἀλλὰ μαλακῇ τῇ σαρκί. κινδυνεύει δὲ ὁ Θέων, ἡνίκα

mollire? Verum non videtur ita ſenſiſſe Theon, ſed quod in primo Gymnaſticorum unico verbo extenuare dixit, id in tertio duobus extulit, nempe diſſolvere ac liquare. Habent vero ſe ejus verba in primo ad hunc modum: *Contrariarum vero mollem quidem, ſi multa ſit, extenuare corpora; ſin mediocris, carne implere utique delicata et fluida.* Aperte enim hoc loco mollem ſimul et multam frictionem extenuare corpora confirmat. Quod autem neceſſe fuerat non ſolum multae frictionis proprium effectum, ſed etiam mollis tradere, ipſe quoque Theon per ea, quae ſubjecit, oſtendit, in quibus, quum de dura praecipit, conſtringere multam coarctareque et phlegmonae ſimile quippiam parere ait. Quippe quod moderata quantitate adhibita poſſedit, id copioſius adaucta magis obtinuit. Omnes ergo duram mediocriter adhibitam dura carne implere fatentur ita, ut e diverſo mollem mediocriter adhibitam ipſam quoque carne implere, ſed ea molli. Accidit vero Theoni, quum de

ὑπὲρ τῆς μαλακῆς τε ἅμα καὶ πολλῆς τρίψεως ὁ λόγος ἦν αὐτῷ, μηδὲν τῆς μαλακῆς ἔργον εἰρηκέναι, ὁπότε δὲ περὶ τῆς σκληρᾶς τε ἅμα καὶ πολλῆς, μηδὲν τῆς πολλῆς. εἰ γὰρ τὸ τήκειν ταυτὸν τῷ κενοῦν καὶ διαφορεῖν ὑπολάβοιμεν, ὑπὲρ μὲν τῆς πολλῆς ἔσται τι λεγόμενον αὐτῷ, περὶ δὲ τῆς μαλακῆς οὐδὲν, ὥσπερ γε κἀν τῷ περὶ τῆς σκληρᾶς τε καὶ πολλῆς ὑπὲρ μὲν τῆς σκληρᾶς εἴρηται τὸ σφίγγειν καὶ δεῖν καὶ φλεγμονῇ τι παραπλήσιον ἀπεργάζεσθαι, [74] περὶ δὲ τοῦ πλήθους οὐδέν· καίτοι δίκαιον ἦν τι καὶ περὶ τῆς ποσότητος εἰπεῖν. ἀπεφήνατο γοῦν, ὡς, εἰ σύμμετρος εἴη τῇ ποσότητι, παχύνει. τί ποτ' οὖν ἡ πολλὴ ποιήσει μετὰ τὴν σύμμετρον ὑπάρχουσα; πάντως γὰρ ἤτοι φυλάξει τὸ ταύτης ἔργον, ἢ ἀλλοιώσει. ἀλλ' εἰ μὲν φυλάξει, τὸ πλῆθος μετὰ τῆς συμμετρίας τῶν τρίψεων οὐδὲν ἐργάσεται περιττότερον· εἰ δέ τι δράσει πλέον, ἤτοι καθαιρήσει τῆς σαρκώσεως, ἢ προσθήσει. καθαιροῦσα μὲν οὖν λεπτυνεῖ, προστιθεῖσα δὲ σαρκώσει. ἀλλὰ μὴν οὐ σαρκοῖ· λεπτύνειν γοῦν ἀναγκαῖον αὐτήν. οὐ μὴν εἶπέ γε ὁ Θέων

molli fimul et multa frictione fermonem faceret, nullum mollis effectum prodidiffe; rurfus, quum de dura fimul et multa, nullum multae expofuiffe. Nam fi liquare pro eodem, quod eft inanire et digerere, acceperimus, de multa quidem aliquid dixerit, de molli plane nihil; quemadmodum etiam in eo, quod de dura multaque fcribit, duram quidem conftringere, ligare et phlegmonae aliquid perfimile facere affirmat, de plenitudine vero nihil protulit; tametfi par fuerat de quantitate quoque aliquid dicere; nam illud confeffus eft, fi mediocris quantitas fit adhibita, eam incraffare. Quid igitur efficiet multa, fi fupra mediocrem fit adhibita? prorfus enim aut illius effectum tuebitur, aut alterabit. Sed fiquidem fervabit, certe multa frictio fupra mediocritatem adhibita nihil plus adjiciet; fin plus aliquid efficiet, aut minuet carnem, aut adjiciet. Verum, fi minuet, extenuabit; fi adjiciet, carne implebit. Atqui non adjicit carnem; extenuet ergo neceffe eft. Verum Theon de hac differentia nihil

οὐδὲν ὑπὲρ τῆς κατὰ τοῦτο διαφορᾶς, ἀλλ' ὅλως ἐσιώπησε, μήτ' εἰ λεπτύνει, μήτ' εἰ παχύνει, μήτ' εἰ φυλάττει τὴν ἐκ τῆς συμμέτρου τρίψεως σάρκωσιν ἡ σκληρὰ πλεονασθεῖσα, μηδὲν ὅλως ἀποφηνάμενος, ἀλλὰ μόνον ὅτι σφίγγει καὶ συνδεῖ παραπλησίως φλεγμονῇ. ἐχρῆν δ' οὐ ταῦτα μόνον εἰπεῖν, ἀλλ' ὅτι καὶ λεπτύνει.

Κεφ. δ'. Φαίνεται τοίνυν ὁ Θέων ἢ μὴ δυνηθεὶς συνιέναι τῆς Ἱπποκράτους ἐν τοῖσδε τέχνης, ἢ μὴ βουληθεὶς ἐπαινεῖν τὸν ἄνδρα, διὰ βραχείας οὕτω ῥήσεως ἁπάσας τε τὰς διαφορὰς τῶν τρίψεων εἰπόντα καὶ πρὸς ταῖς διαφοραῖς ἑκάστης αὐτῶν ἐνέργειάν τε καὶ δύναμιν. ὡς μὲν γὰρ ἄν τις οἰηθείη κατὰ τὴν πρόχειρον οὑτωσὶ φαντασίαν, ὑπὲρ τεττάρων εἴρηκε μόνων· ἔχει δὲ οὐχ οὕτω τἀληθὲς, ἀλλ' ἑτέρας ἐνεδείξατο δύο ταῖς εἰρημέναις ἐξ ἀνάγκης συνεπινοουμένας, ἐν μὲν τῇ κατὰ ποιότητα διαφορᾷ τὴν μέσην τῆς σκληρᾶς τε καὶ μαλακῆς, ἥπερ δὴ καὶ σύμμετρός ἐστιν, ἐν δὲ τῇ κατὰ ποσότητα τὴν ὀλίγην· ἀναγκαῖον γὰρ τὴν ὀλίγην ἐναντίαν εἶναί τινα τῇ πολλῇ. τὸ δὲ

meminit, fed omnino fubticuit, minime plane definiens, extenuetne dura copiofe adhibita, an carnem augeat, an fervet eundem, quem ex mediocri accepit, carnis modum, fed tantum, quod conftringit coarctatque et phlegmonae fimile quid facit, confirmans. Conveniebat autem non hoc modo dicere, fed etiam quod emaciat.

Cap. IV. Apparet ergo, Theonem aut Hippocratis artem hoc loco non intellexiffe, aut hominem laudare noluiffe, qui tam brevi fermone omnes non folum differentias frictionum dixerit, fed etiam uniufcujusque opus et facultates. Quod etenim fi quis prompta ita imaginatione arbitretur, quatuor eum duntaxat meminiffe. Verum non ita fe res habet; imo alias duas neceffario in iis, quas dixit, fubauditas infinuavit; in qualitatis differentia durae mollisque mediam, quae nimirum mediocris eft, in ea vero, quae a quantitate accipitur, paucam; quando paucam aliquam neceffe eft multae effe contrariam. Porro antiquae

Ed. Chart. VI. [74.] Ed. Baf. IV. (235. 236.)

τῆς παλαιᾶς ἑρμηνείας εἶδος οὕτως ἐστὶ βραχυλόγον, ὡς πολλὰ πολλάκις ὑπερβαίνειν δοκεῖν τῇ λέξει τῶν ἐξ ἀνάγκης ἑπομένων τοῖς λεγομένοις. καὶ διὰ τοῦτ', οἶμαι, γράφομεν αὐτῶν ὑπομνήματα, ποδηγοῦντα τοὺς δι' ἀγυμνασίαν ἀδυνάτους ἕπεσθαι τάχει λέξεως παλαιᾶς, καθάπερ κἀν τῷδε τῷ λόγῳ ποιοῦμεν. εἰ γὰρ ἡ μὲν σκληρὰ δύναται δεῖν, ἡ δὲ μαλακὴ λύειν, ὅσα μὲν ἐκλύεται πέρα τοῦ μετρίου σώματα, σκληρῶς ἀνατριπτέον, ὅσα δ' ἔσφιγκται, μαλακῶς. εἰ δέ τι συμμέτρως ἔχει, τοῦτ' εὔδηλον (236) ὡς οὔτε μαλακῶς, οὔτε σκληρῶς, ἀλλ' ὅσον οἷόν τε μάλιστα τὰς ὑπερβολὰς ἑκατέρας φυλαττόμενον. ὁ δὲ θαυμάσιος Θέων εὐθὺς τὸ πρῶτον ἔσφαλται, μήτε τὴν δύναμιν εἰπών ποτε τῆς συμμέτρου κατὰ ποιότητα τρίψεως, μήτε χρείαν, ἀλλ' ἀεὶ παρερχόμενος αὐτὴν, ὥσπερ οὐκ οὖσαν. περὶ μὲν δὴ τοῦδε καὶ μικρὸν ὕστερον ἐροῦμεν. ὥσπερ δ' ἐν ταῖς κατὰ ποιότητα διαφοραῖς οὐ σκληρὰ καὶ μαλακὴ μόνον ἐστὶν, ἀλλὰ καὶ σύμμετρος, οὕτω κἀν ταῖς κατὰ τὸ ποσὸν οὐ πολλὴ καὶ ὀλίγη μόνον, ἀλλὰ καὶ μετρία.

interpretationis formula ita eft brevis, ut non pauca faepe ipfa faltem dictione praeterire videatur, quae tamen neceffario dicta ipfa fequuntur. Quamobrem (arbitror) earum enarrationes fcribimus, quae veluti praeeant iis, qui parum exercitati antiquae dictionis celeritatem affequi non valent, veluti in hoc ipfo loco facimus. Si namque dura ligandi, mollis folvendi vim habet, quae fupra modum foluta corpora funt, ea duriter plane fricanda funt; contra, quae conftricta funt, molliter; quae modice fe habent, nec molliter, nec duriter, fed, quatenus fieri poteft, utroque declinato extremo. Egregius vero videlicet Theon primum in eo fallitur, quod neque mediocris qualitate frictionis vires tradidit, neque ufum, fed femper ita praeteriit, tanquam nulla fit. Verum de hoc paulo poft agemus. Sicuti vero in iis differentiis, quae in qualitate fpectantur, non folum dura mollisque confiftunt, fed etiam media, ita et in iis, quae ex quantitate dicuntur, non folum multa et pauca, fed etiam media nofcitur.

τί ποτ' οὖν ἐν μὲν ταῖς κατὰ ποιότητα τὴν μέσην παρέλιπεν ὁ Ἱπποκράτης, ἐν δὲ ταῖς κατὰ ποσότητα τὴν ὀλίγην; ἴσως ἄν τινι δόξειεν ἀλόγως τοῦτο πρᾶξαι· χρῆναι γὰρ ἐν ταῖς βραχυλόγοις διδασκαλίαις ἀφορίζεσθαι μὲν ταῖς ἄκραις ἐναντιότησι τὰ πράγματα παραλείπεσθαι δὲ τὸ μέσον τε καὶ σύμμετρον ἐν αὐταῖς, ὡς ἐξ ἀνάγκης τοῖς ἄκροις συνεπινοούμενον. ἐγὼ τοίνυν καὶ τοῦτο πειράσομαι διελθεῖν, καὶ σαφηνίσαι τὴν τοῦ παλαιοῦ γνώμην· [75] οὐκ ἀναγκαῖον μὲν ἐνταῦθα, τὰ γὰρ τοιαῦτα ζητήματα διὰ τῶν ἐξηγητικῶν ὑπομνημάτων εἰθίσμεθα λύειν, ἀλλ' ἐπεὶ ἅπαξ ἐν τῷδε τῷ λόγῳ κατέστην, ὡς ἀπολογεῖσθαι τοῖς ἀγυμνάστοις ὑπὲρ Ἱπποκράτους, ἐν οἷς αὐτοὶ σφαλλόμενοι κατηγοροῦσι τοῦ κατορθοῦντος, οὐκ ὀκνήσω προσθεῖναι καὶ τοῦτο. δυοῖν οὖν ὄντων πραγμάτων ὅλῳ τῷ γένει κεχωρισμένων, εἴ γε δὴ τὸ ποιοῦν τοῦ ποιουμένου τῷ γένει διενήνοχεν, αἱ μὲν τρίψεις ἐκ τῶν ποιούντων εἰσὶν, αἱ δ' ὑπ' αὐτῶν ἀποτελούμεναι κατὰ τὰ σώμαθ' ἡμῶν διαθέσεις ἐκ τῶν ποιουμένων. ὥστε καὶ τὰς ἐναντιότητας ἀναγκαῖον

Cur igitur in iis, quae ex qualitate trahuntur, mediam omifit Hippocrates, in iis, quae ex quantitate, exiguam? Temere id feciffe videri fortaffe cuipiam poteft; oportere enim in iis, quae compendio traduntur, fummis inter fe contrariis res definire, quod horum medium fit atque mediocre, tranfire, utpote quod ex fummis ipfis ultro fit nofcendum. Ipfe igitur tum hoc docere, tum fenis fententiam clariorem reddere conabor, rem plane hoc loco non neceffariam, quum quaeftiones id genus in enarratoriis libris folvere foleam; fed quoniam femel huc defcendi, ut pro Hippocrate imperitis iftis refpondeam, in quibus ipfi falfi recte praecipientem calumniantur, non pigebit hoc quoque adjeciffe. Quum igitur duo fint toto genere inter fe diverfa atque difiuncta, fi modo id quod facit ab eo quod fit genere differt, frictiones quidem ex eorum numero funt, quae faciunt, qui vero ab his in corpore relinquuntur affectus, ex iis, quae fiunt. Quare contrarietates quoque alias in frictionum genere, alias

Ed. Chart. VI. [75.] Ed. Bas. IV. (236.)

ἑτέρας μὲν ἐν τῷ τῶν τρίψεων, ἑτέρας δ' ἐν τῷ τῶν διαθέσεων γένει ὑπάρχειν· ἐν μὲν τῷ τῶν τρίψεων τήν τε μαλακὴν καὶ τὴν σκληρὰν, καὶ τὴν πολλὴν καὶ τὴν ὀλίγην, ἐν δὲ τῷ τῶν διαθέσεων τήν θ' οἷον δέσιν τε καὶ λύσιν τῶν σωμάτων, καὶ τὴν ἰσχνότητα καὶ σάρκωσιν. ἡ μὲν οὖν προτέρα τῶν διαθέσεων ἐναντίωσις ὑπὸ τῆς προτέρας κατὰ τὰς τρίψεις ἐναντιώσεως γίγνεται, ἡ δὲ δευτέρα οὐκέτι. συμβαίνει γὰρ ἐπ' αὐτῆς τὴν μὲν ἰσχνότητα πρὸς τῆς πολλῆς γίγνεσθαι τρίψεως, τὴν δ' ἀνάθρεψιν ὑπὸ τῆς μετρίας. ἡ γὰρ ὀλίγη σαρκοῦν οὐδέπω δυνατὴ, διότι δεῖται μὲν τὸ σαρκωθησόμενον αἵματος παραθέσεως συμμέτρου καὶ δυνάμεως εὐρώστου. καὶ ταῦτα ἄμφω καλῶς αὐτῷ πρὸς τῆς συμμέτρου γίνεται τρίψεως, οὐδέτερον δὲ ἱκανῶς οὐδ' αὔταρκες ἐπὶ τῆς ὀλίγης. ἐπεὶ τοίνυν οὐ συνέβαινον ἐς ταὐτὸν αἱ τῶν τρίψεων ἐναντιώσεις ταῖς τῶν διαθέσεων, ἠνάγκαζε δ' αὐτὸν ἡ τῆς βραχυλόγου διδασκαλίας ἰδέα δι' ἐναντιώσεων ἀφορίσασθαι τὸν λόγον, ἐπὶ τὴν χρησιμωτέραν ἐναντίωσιν ἀφικόμενος ὑπερεῖδε τῆς ἀχρηστοτέρας. χρησιμω-

in affectuum, qui ab his proveniunt, necesse est statui: in frictionum genere tum duram et mollem, tum multam et paucam; in affectibus vero et eam, quae veluti colligatio et solutio corporum est, et gracilitatem ac crassitudinem. Ac prior quidem affectuum contrarietas ex priore frictionum contrarietate nascitur, secunda non item. Evenit enim in hac, ut gracilitas proveniat ex multa, carnis incrementum ex mediocri; quippe pauca augendae carni nondum sufficit, quod videlicet id, quod carnis incrementum accipiet, et sanguinis moderato accessu, et valida virtute eget, quorum utrumque mediocris frictio commode praestat; pauca neutrum, nec abunde, nec satis. Quoniam igitur non in idem coibant frictionum affectionumque contrarietates, coëgit vero eum compendiaria docendi ratio per contrarietates positas sermonem absolvere, utiliore contrarietate accepta minus utilem consulto omisit. Porro utilior ea est, quae in af-

τέρα δέ ἐστιν ἡ κατὰ τὰς διαθέσεις τῆς κατὰ τὰς τρίψεις· ἑνὶ μὲν καὶ πρώτῳ λόγῳ τῷ κατὰ τὸ τέλος τῆς τέχνης. ἐστοχασμέναι γάρ εἰσιν αἱ τρίψεις τῆς τοῦ σώματος διαθέσεως ὡς τέλους· ἀεὶ γὰρ τὸ τέλος τοῦ πρὸ αὐτοῦ κυριώτερον, ὅσῳ γε τοῦ διά τι γιγνομένου τὸ δι᾽ ὃ γίγνεται· δευτέρῳ δὲ λόγῳ ἕνεκεν τῆς σαφηνείας. ἐκ μὲν γὰρ τοῦ μαθεῖν ἡμᾶς τὰ τῆς πολλῆς καὶ τὰ τῆς μετρίας ἀνατρίψεως ἔργα ῥᾷστόν ἐστιν ἐπινοῆσαι τὰ τῆς ὀλίγης· οὐ μένθ᾽ ὁμοίως εὐσύνοπτος ἡ τῆς συμμέτρου τρίψεως δύναμις. οὐ μὴν ἀλλὰ καὶ τρίτον τῷδε τῷ λόγῳ κάλλιστα ἂν Ἱπποκράτης εὑρίσκοιτο διδάσκων περὶ τρίψεως. ἡγεῖσθαι μὲν γὰρ χρὴ τὴν τῶν ἐναργῶς ἀποτελουμένων διδασκαλίαν, ἕπεσθαι δὲ τὴν τῶν ἀμυδρῶς, εἴτε γράφοι τις περὶ αὐτῶν ῥητῶς, εἴτε τοῖς ἀναγιγνώσκουσιν ἀπολείποι. ἔστι δ᾽ ἐναργὲς μὲν τὸ τῆς μετρίας τρίψεως ἔργον, ἡ σάρκωσις τοῦ σώματος, οὐκ ἐναργὲς δὲ τὸ τῆς ὀλίγης· οὔτε γὰρ σαρκοῖν, οὔτ᾽ ἰσχναίνειν, οὔθ᾽ ὅλως οὐδὲν ἐναργὲς φαίνεται ποιεῖν, ὅτι μὴ θερμαίνειν μόνον

fectibus, quam quae in frictionibus fpectatur. Idque duplici ratione afferitur: una quidem et prima, quae ab artis fine fumitur; quippe frictiones ad corporis affectum ceu finem diriguntur; finis enim iis, quae prae fe, femper eft praeftantior, quanto nimirum id, cujus gratia, iis, quae ipfius gratia fiunt; altera, quae a claritatis ratione accipitur; intellectis namque multae et mediocris effectibus, facillimum eft paucae opus contueri; non perinde tamen mediocris frictionis perfpicua vis eft. Quin etiam tertium hoc ipfo de frictionibus fermone belliffime docuiffe Hippocratem invenias. Praecedere namque eorum doctrinam oportet, quae liquido peragi cernuntur, fequi vero eorum, quae minus liquido et obfcure, idque five de his expreffis verbis fcripferis five lecturis ea intelligenda relinquas. Eft vero evidens atque in aperto mediocris frictionis opus, ipfum fcilicet carnis incrementum, obfcurum vero paucae, quippe quae nec augere nec minuere carnem, nec omnino evidens aliquid videtur effi-

ἐπὶ βραχύ. κοινὸν δ᾽ ἦν ἁπάσης τρίψεως τὸ θερμαίνειν. ὥστ᾽, ἐπεὶ μήτ᾽ ἐναργὲς ἀποτελεῖ μηδὲν, καὶ ὅ τι φαίνεται ποιεῖν, οὐδὲ τόδε ἴδιον αὐτῆς ἐστιν, ἀλλὰ τὸ κοινὸν ἁπάσης τρίψεως, εὐλόγως παρελείφθη. τὸ μὲν οὖν, ὅτι κοινὸν ἁπάσης τρίψεως ἔργον ἐστὶ τὸ θερμαίνειν, οὐκ ἄξιον Ἱπποκράτους συγγράμματος· ὁποῖον δέ τι πέφυκεν ἑκάστη τρίψις ἴδιον ἀποτελεῖν, Ἱπποκράτει τε διδάσκειν ἀναγκαῖον ἦν, ἡμῖν τε μανθάνειν χρηστόν. ἀναγαγὼν γὰρ, ὥσπερ εἰς στοιχεῖά τινα, τὰς ἁπλᾶς διαφορὰς, ἅπαντα τὸν περὶ τῆς τρίψεως λόγον ἐδίδαξεν, ὅπως ἀναθρέψεις, ἢ καθαιρήσεις, ἢ μαλάξεις, ἢ σφίγξεις τὸ σῶμα. τούτοις δ᾽ εὐθέως συνεμφαίνεται τά τε μέσα τῶν ἔργων καὶ τὰ κατὰ συζυγίαν ἀποτελούμενα· [76] μέσα μὲν, ὅταν μήτε δῆσαι τὸ σῶμα, μήτε λῦσαι, μήτε σαρκῶσαι, μήτε μινυθῆσαι προελώμεθα, κατὰ συζυγίαν δὲ, ὅταν, εἰ οὕτως ἔτυχε, ἅμα δῆσαι καὶ σαρκῶσαι. τίς γὰρ οὐκ ἂν ἐπινοήσειεν, ὡς, ἐπειδὰν σκληρᾷ σαρκὶ σαρκῶσαι σῶμα

cere, nifi parum calefacere; at id omnis frictionis commune opus eft. Quare, quum neque evidens aliquid efficit, et, quod facere videtur, proprium ejus non eft, fed omnis frictionis commune, non fine caufa eft (ut arbitror) omiffa. Quod igitur omnis frictionis calorem accendere commune opus fit, non fatis, quod ab Hippocrate prodatur, dignum praeceptum eft. Quid vero quaeque frictio proprium efficiat, id ut Hippocrati neceffe tradere, ita nobis certe utile erat difcere. Reductis enim veluti in elementa fimplicibus differentiis, univerfam frictionum rationem abfolvit, quemadmodum carnem adjicias, quemadmodum detrahas, quemadmodum corpus mollias, quemadmodum conftringas. Cum his una protinus fe promunt tum media earum opera, tum ea, quae per conjugationem faciunt: media quidem, quum nec ligare corpus, nec folvere, nec carnem augere, nec minuere ftudemus; quae vero per conjugationem, quum, verbi gratia, pariter colligare et carnem addere. Quis enim non videat, quum duram carnem adjicere corpori

προαιρώμεθα, τὴν σκληρὰν ἡμῖν τρῖψιν ἅμα ποσότητι συμμέτρῳ παραληπτέον ἐστὶν, ὥσπερ κἀπειδὰν μαλακῇ, τὴν μαλακήν τε ἅμα καὶ σύμμετρον ἐν τῷ ποσῷ, καὶ κατὰ τὰς ἄλλας συζυγίας ἀνάλογον; ἃς ἔνιοι τῶν γυμναστῶν ὡς ἴδια γράφοντες εὑρήματα μετὰ τοῦ προσεγκαλεῖν Ἱπποκράτει μεγάλως πλημμελοῦσιν, ὅτι τε τὸν πρῶτον ὑπὲρ αὐτῶν διδάξαντα δικαίων ἐπαίνων ἀποστεροῦσι καὶ, τὸ τούτου χεῖρον, ὅτι τὴν ἐκείνου γνώμην ἐς αὑτοὺς καταφέροντες ἔτι καὶ διαβάλλειν αὐτὸν ἐπιχειροῦσιν, οὐδ' οὖν οὐδὲ καλῶς ἐπαλλάττοντες ἀλλήλαις τὰς ἁπλᾶς διαφοράς. ἐχρῆν γὰρ, οἶμαι, τόν γε κατὰ τρόπον ἐπὶ τὰς ἐν μέρεσι συζυγίας ἔρχεσθαι βουλόμενον οὔτε τὰς συμπάσας ἓξ ποιεῖν, ὥσπερ ὁ Θέων, οὔτε καταλιπεῖν τι κατὰ ταύτας ἔργον ἢ ποιότητος ἢ ποσότητος ἴδιον, ὥσπερ ἐπὶ μὲν τῆς μαλακῆς τε ἅμα καὶ πολλῆς τὸ τῆς μαλακῆς, ἐπὶ δὲ τῆς σκληρᾶς τε ἅμα καὶ πολλῆς τὸ τῆς πολλῆς ἴδιον ἐδείκνυτο παραλελοιπώς,

volumus, frictionem duram una cum mediocri modo esse petendam, veluti, quum mollem addere studemus, frictionem mollem et quantitate mediocrem adhibendam, et per alias conjugationes ad proportionem? quas nonnulli gymnastarum tanquam sua ipsorum inventa tradentes, dum Hippocratem accusant, ipsi vehementer delinquunt, et quod eum, qui de his primum praecepit, merita laude fraudant, et quod, quum ejus inventa sibi tribuant, etiam (quod atrocius multo est) calumniari hominem non dubitant. Accedit, quod nec simplices differentias apte inter se alternant; decuerat enim (arbitror) eum, qui recte ad particulares conjugationes descendere voluit, nec universas senario numero comprehendere, veluti Theon facit, nec aliquod earum proprium vel quantitatis vel qualitatis opus omittere, quemadmodum in mollis simul et multae opus mollis, in durae simul et multae effectum multae praetermisisse eum offendimus,

ἀλλὰ καὶ ταῦτα προστιθέντα, καὶ τὰς κατὰ μέρος συζυγίας ἐννέα ποιεῖν. αἱ γὰρ τρεῖς διαφοραὶ τῶν κατὰ τὴν ποιότητα τρίψεων ἐπιπλεκόμεναι ταῖς τρισὶ διαφοραῖς τῶν κατὰ ποσότητα τρίψεων συζυγίας ἀποτελοῦσιν ἐννέα· ἓξ μὲν τὰς ὑπὸ Θέωνος εἰρημένας ἐν ᾗ παρεθέμην ὀλίγον ἔμπροσθεν ῥήσει, τρεῖς δ' ἄλλας, ἃς ἐκεῖνος παρέλιπε, τὴν μέσην σκληρᾶς τε καὶ μαλακῆς ὑπερβάς· καίτοι οὐδ' ἐπινοῆσαι δυνατόν ἐστιν οὔτε σκληρὰν οὔτε μαλακὴν τρίψιν ἄνευ τοῦ προσεπινοῆσαι τὴν σύμμετρον· ᾗ τὰς τρεῖς διαφορὰς τῆς ποσότητος εἴπερ ἐξέζευξεν, ἐννέα τὰς πάσας ἂν οὕτως ἀπειργάσατο συζυγίας τρίψεων, οὐχ ἕξ. ἐκθήσομαι δὲ αὐτὰς ἐπὶ διαγράμματος, ἐν ᾧ τὸν μὲν πρότερον στοῖχον ἄνωθεν κάτω ποιοτήτων χρὴ νοεῖν, τὸν δὲ δεύτερον ποσοτήτων.

fed has quoque adjecisse, et particulares conjugationes novem fecisse. Quippe tres quae a qualitate frictionum fumentur differentiae, fi eas tribus, quae a quantitate ducuntur, junxeris, novem conjugationes effeceris: fex, quae a Theone funt pofitae in iis quae paulo fupra memoravi verbis, et tres, quae ab eo funt pratermiffae, dum mediam mollis duraeque omifit; quanquam ne intelligere quidem neque mollem frictionem neque duram fas eft, ut non fimul intelligatur mediocris. Cui fi tres quantitatis differentias junxiffet, novem ita univerfas frictionum differentias effeciffet, non fex. Eas ipfe nunc in defcriptione exponam, in qua duorum verfuum, qui fuperne deorfum pinguntur, priorem qualitatum intelligi volo, fecundum quantitatum.

	ποιότητες	ποσότητες
Διάγραμμα	σκληρά	ὀλίγη
		πολλή
		σύμμετρος
	μαλακή	ὀλίγη
		πολλή
		σύμμετρος
	σύμμετρος	ὀλίγη
		πολλή
		σύμμετρος.

τῶν ἐν τούτῳ τῷ διαγράμματι γεγραμμένων ἐννέα συζυγιῶν ἓξ τὰς πρώτας εἰπὼν ὁ Θέων, οὐκέτ᾽ ἐμνημόνευσεν τῶν ὑπολοίπων τριῶν, αὐτὸς ἑαυτῷ περιφανῶς (237) μαχόμενος. εἴπερ γάρ ἐστι τῆς ὀλίγης καὶ πολλῆς μέση τρίψις, ἣν μετρίαν τε καὶ σύμμετρον ὀνομάζομεν, εἴη ἂν δηλονότι καὶ σκληρᾶς καὶ μαλακῆς ἑτέρα τις μέση, σύμμετρός τε καὶ μετρία προσαγορευομένη. μεμνῆσθαι δὲ ἡμᾶς χρὴ παρὰ πάντα τὸν λόγον, ὡς πάντα ταῦτα κατὰ τὸ πρός τι λέγεται. καὶ

	Qualitates	Quantitates
Figura	Dura	Pauca
		Multa
		Mediocris
	Mollis	Pauca
		Multa
		Mediocris
	Mediocris	Pauca
		Multa
		Mediocris

Novem harum, quas deſcriptio complectitur, conjugationum quum Theon ſex primas tradidiſſet, reliquarum trium certe non meminit, ipſe ſecum manifeſtiſſime pugnans. Si enim paucae ac multae media quaedam eſt, quam mediocrem vocamus, etiam mollis duraeque altera certe media erit, quam mediocrem moderatamque appelles. Sane meminiſſe per omnem ſermonem convenit, haec omnia in reſpectu collationeque dici; quando, quae

γὰρ ἡ σκληρὰ τῷδέ τινι μαλακὴ γένοιτ᾽ ἂν ἑτέρῳ τινὶ, καὶ ἡ σύμμετρος ἀσύμμετρος, ἢ τ᾽ ὀλίγη πολλὴ, καὶ ἡ πολλὴ τῷδέ τινι τοῖς ἄλλως πως διακειμένοις ὀλίγη. τοῦτο μὲν δὴ καὶ ὁ Θέων βούλεται, καὶ οὐκ ἔστιν ὅστις ὑπερβὰς τὴν σύμμετρον ἐν ποιότητι τρῖψιν οὐ μακρῶς ἁμαρτάνει. καί μοι δοκεῖ περιπεσεῖν ὁ Θέων αὐτῷ, διότι παραλέλειπται κατὰ τὴν Ἱπποκράτους ῥῆσιν. [77] ὥστε κἀκ τούτου κατάφωρον γίγνεσθαι τὸν ἄνδρα, μηδὲν μὲν ἴδιον ὑπὲρ τρίψεως ἐξευρηκότα, τὰ δ᾽ Ἱπποκράτους οὐκ ὀρθῶς μεταχειριζόμενον. οὐ γὰρ ἀνέγνω τὰ συγγράμματα τοῦ παλαιοῦ παρὰ διδασκάλοις εὐθὺς ἐκ παίδων ὁρμώμενος. ὁμολογεῖ γοῦν αὐτὸς ἀθλητὴς γενέσθαι τὰ πρῶτα, καταλύσας δὲ τὴν ἄσκησιν ἐπὶ τὴν γυμναστικὴν ἀφίκετο τέχνην. καὶ ταῦτα, μὰ τοὺς θεοὺς, οὐχ ὑπὲρ τοῦ ψέξαι τὸν ἄνδρα προυθέμην εἰπεῖν· ἀποδέχομαι γὰρ αὐτὸν οὐδενὸς ἧττον τῶν ἀρίστων γυμναστῶν· ἀλλ᾽ ὑπὲρ τοῦ τοῖς ἀναγνωσομένοις τήνδε τὴν πραγματείαν ἐνδείξασθαι τὸ μὴ ῥᾴδιον εἶναι παρακολουθεῖν βιβλίοις παλαιοῖς ἄνευ τῶν ἐπιμελῶς ἐξηγουμένων αὐτά. διότι μὲν γὰρ ἔπρεπε βραχυλογίᾳ παλαιᾷ

huic dura eſt, alteri pro molli ſit; et quae mediocris, immodica; et quae pauca, multa; et quae alii multa eſt, aliter quodammodo affecto ſit pauca. Hoc vero et Theon fatetur; nec fieri ſane poteſt, ut, qui mediocrem in qualitate frictionem praeterit, non longe aberret. Ac mihi quidem videtur Theon inde adeo in hunc errorem lapſus, quod Hippocrates de ea frictione ſubticuit: adeo, ut hinc deprehendatur nihil proprium et ſuum de frictione Theon protuliſſe, ſed perperam Hippocratis inventa tractaſſe. Non enim a pueris ſtatim orſus et ſub praeceptore ſenis ſcripta perlegit, quum fateatur ipſe, primum athletam ſe fuiſſe, deinde, hoc exercitio depoſito, ad gymnaſticen ſe contuliſſe. Atque haec medius fidius, non quo hominem vituperem, appoſui, quem alioqui inter primos gymnaſtas cenſeo, ſed quo iſta lecturos doceam, haud facile eſſe veterum libros intelligentia conſequi, ſi deſint, qui ea curioſe enarrent. Nam quod ex priſcae

τὴν μέσην σκληρᾶς τε καὶ μαλακῆς ὑπερβῆναι τρῖψιν ἔν γε τῇ τῆς λέξεως ἑρμηνείᾳ, ἔμπροσθεν εἴρηταί μοι· διότι δ' ἡμᾶς οὐ χρὴ παρορᾷν τά γε τοιαῦτα, καὶ πρόσθεν μὲν ἐπέδειξα, καὶ νῦν οὐδὲν ἧττον ἐπιδείξω. εἴπερ γὰρ ἡ μαλακὴ καὶ ἡ σκληρὰ τρῖψις ἐν τῷ πρός τι τήν θ' ὕπαρξιν ἔχουσι καὶ τὴν νόησιν, ἀνάγκη καὶ τὴν σύμμετρον ἐν τῷ πρός τι συνίστασθαι. τίθεσο δή μοι σῶμα τοιοῦτον, οἷον καὶ τὸ τοῦ παιδὸς ὑπεθέμεθα τοῦ προκειμένου κατὰ τόνδε τὸν λόγον, ἀκριβῶς ὑγιαῖνόν τε καὶ σύμμετρον πάντη, ὡς μήτε μαλακώτερον ἐθέλειν ἡμᾶς αὐτὸ, μήτε σκληρότερον ἐργάσασθαι, μήτε προσθεῖναί τι τῇ σαρκώσει, μήτ' ἀφελεῖν. ἆρ' οὖν ἐπὶ τοῦ τοιούτου σώματος ἢ τὴν σκληρὰν τρῖψιν, ἢ τὴν μαλακὴν προσάξομεν, ἢ τὴν πολλὴν, ἢ τὴν μετρίαν; ἐγὼ μὲν οὐδαμῶς ἡγοῦμαι συμφέρειν. ὑπὸ μὲν γὰρ τῆς σκληρᾶς σκληρότερον, ὑπὸ δὲ τῆς μαλακῆς μαλακώτερον, ὥσπερ γε καὶ ὑπὸ μὲν τῆς πολλῆς ἰσχνότερον, ὑπὸ δὲ τῆς μετρίας παχύτερον ἀπεργασθήσεται τὸ τοιοῦτον σῶμα. χρὴ

brevitatis dignitate fuerit durae mollisque frictionis mediam ſilentio praeterire in ipſa enarrationis ſerie, id ante a nobis jam dictum eſt. Quod autem talia a nobis praeteriri non debeant, id quoque et oſtenſum prius eſt, et nunc nihilo ſecius oſtendetur. Si enim tam mollis frictio, quam dura, in reſpectu collationeque non ſolum ſubſiſtentiam, ſed etiam intelligentiam ſui habet, etiam mediocrem in ſimili reſpectu collationeque conſtitui neceſſe eſt. Finge ergo, tale eſſe corpus, quale propoſiti nobis in hoc libro pueri eſſe praeſumpſimus, ſanum prorſus et omnis exceſſus medium, ita, ut neque molliorem hunc effectum velimus, neque duriorem, ſed nec carnis ejus modo adjectum quicquam detractumve: num igitur ita ſe habenti corpori aut duram, aut mollem frictionem admovebimus, aut etiam multam, aut mediocrem? Ego plane quamlibet harum inutilem cenſeo, quippe quum a dura durius, a molli mollius, a multa gracilius, a mediocri craſſius reddetur; quorum nullo ei eſt opus, imo

δ᾽ οὐδὲν τούτων, ἀλλὰ τὴν ἀρχαίαν ἀκριβῶς αὐτῷ φυλάττεσθαι συμμετρίαν. ὥστε οὔτε σκληρῶς, οὔτε μαλακῶς αὐτὸ τρίψομεν, οὔτε πολλαῖς, οὔτε ὀλίγαις, ἀλλὰ μετρίαις ἀνατρίψεσιν αὐτὸ τρίψομεν, οὐδὲν πλέον ἐργαζόμενοι τοῦ παρασκευάζειν τε πρὸς τὰ γυμνάσια, καὶ αὖθις ἀποθεραπεύειν, ἐπειδὰν ἱκανῶς γυμνάσηται. καλείσθω γὰρ οὖν δὴ καὶ ἡμῖν, ὥσπερ καὶ τοῖς νεωτέροις γυμνασταῖς, ἀποθεραπεία τὸ μετὰ τὰ γυμνάσια μέρος τῆς τρίψεως. ὁ δέ γε Θέων οὐδεμίαν ὧν εἶπε κατὰ τὰς τρίψεις συζυγιῶν ἐφαρμόσαι δύναται τῇ τοιαύτῃ φύσει τοῦ σώματος, ἓξ εἰπὼν τὰς πάσας, τρεῖς μὲν τὰς πρώτας τῆς μαλακῆς, ἑτέρας δὲ τρεῖς τῆς σκληρᾶς. οὔτε δὲ τῶν μαλακῶν οὐδὲ μιᾶς τὸ τοιοῦτον σῶμα φαίνεται δεόμενον, οὔτε τῶν σκληρῶν, ἀλλὰ τῆς τούτων ἀμφοτέρων μέσης, ἣν σύμμετρον ὀνομάζειν χρὴ κατὰ ποιότητα. καὶ δῆλον ἤδη γέγονεν, ἡλίκον ὁ Θέων ἔσφαλται τὴν μέσην σκληροτέρας καὶ μαλακῆς ὑπερβὰς τρίψιν. ἐπὶ γοῦν τῆς ἀρίστης κατασκευῆς τοῦ σώματος οὐδεμίαν ὧν εἶπε συζυγιῶν ἐφαρμόσαι δυνατὸν, οὔθ᾽ ὑγιαίνοντος ἀκριβῶς;

priftinam potius mediocritatem ad unguem fervari. Quare neque duriter id, neque molliter, neque multis frictionibus, neque quantitate mediocribus, fed paucis et qualitate mediocribus infricabimus, nihil ultra moliti, quam ut ad exercitandum praeparemus, ac rurfus, quam jam fatis exercitatum fit, apotherapia curemus. Vocetur autem nobis, ficuti recentibus gymnaftarum, apotherapia ea frictionum pars, quae poft exercitationem adhibetur. Sane Theon nullam ex iis quas protulit conjugationibus ejufmodi corporis naturae accommodare poteft, quum fex in univerfum nominavit, priores tres mollis, reliquas vero tres durae, et neque mollium cujusquam ejusmodi corpus egeat, neque durarum, fed ejus, quae harum media fit, quam fcilicet mediocrem in qualitate dixiffe par eft. Liquidoque patere jam arbitror, quantopere lapfus Theon fit mediam durae mollisque praeteriens. Siquidem ad optimum flatum corporis nullam harum, quas protulit, conjugationum accommodare fas eft, nec quum

οὔτ᾽ ἐπανορθώσεως δεομένου τοῦ τοιούτου σώματος. εἰ μὲν γὰρ ἀκριβῶς ὑγιαίνει, μόνης τῆς παρασκευαστικῆς δεῖται τρίψεως, ἣν ὀλίγην τε ἅμα καὶ μέσην σκληρᾶς καὶ μαλακῆς ἐδείξαμεν ὑπάρχειν· εἰ δ᾽ ἤτοι τοῦ δέοντος ἰσχνότερον ἢ παχύτερον γίγνοιτό ποτε, μὴ μέντοι κατὰ ποιότητα τῆς σαρκὸς ὑπαλλαγείη μηδὲν, εἰς τὸ μέσον δ᾽ ἀκριβῶς φυλάττοιτο μαλακοῦ τε καὶ σκληροῦ, τηνικαῦτα τὴν πολλὴν μὲν ἅμα καὶ σύμμετρον ἐν ποιότητι προσάξομεν ἰσχναίνειν βουλόμενοι, σαρκοῦν δὲ τὴν ὀλίγην τε ἅμα καὶ σύμμετρον κατὰ ποιότητα. ταύτας τὰς τρεῖς συζυγίας ὑστάτας ἐπὶ ταῖς ἓξ ὀλίγον ἔμπροσθεν ἐξεθέμην ἐν τῷ διαγράμματι, δεικνὺς ὡς ἁπάσας αὐτὰς ὁ Θέων παρέλιπεν. [78] ἐπειδὴ τοίνυν οὐ μόνον ὅτι παρέλιπεν, ἀλλὰ καὶ ὅτι χρησιμωτάτας ὑπαρχούσας, ὁ λόγος ἀπέδειξεν, ἑξῆς ἂν εἴη καιρὸς ἐπὶ τὰ ὀλίγον ἔμπροσθεν ἀναβληθέντα ἰέναι· καὶ πρῶτόν γε, ὡς ἡ κατὰ τὰ στοιχεῖα τῶν πραγμάτων διδασκαλία χρησιμωτέρα τῶν ἄλλων ἐστίν· εὐσύνοπτόν τε γὰρ ἐργάζεται τὸ πᾶν πρᾶγμα, καὶ τῇ μνήμῃ παρατιθέμενον, εἰς ἀνάμνησίν τε

integra plane valetudine corpus fruitur, nec etiam, ficubi corrigi poftulat. Quippe ubi plane valet, fola praeparatoria frictione eget, quam exiguam ac mollis duraeque mediam effe oftendimus. Ubi jufto gracilius craffiusve effectum eft, non tamen in qualitate alterata caro quicquam eft, fed plane mollis, ac durae medium modum fervat, fi quidem emaciare ftudemus, et multam, et qualitate mediocrem adhibemus, fi carnem augere, paucam fimul et mediocrem in qualitate. Has tres conjugationes ultimo loco poft fex in defcriptione expofui hoc confilio, ut omnes eas a Theone praetermiffas indicarem. Quoniam igitur non folum praetermiffas ab eo, fed etiam utiliffimas eafdem praetermiffas difputatio noftra docuit, deinceps tempeftivum arbitror ad ea, quae paulo ante diftulimus, reverti; ac primum illud, quod doctrina ea, quae per rerum elementa traditur, caeteris fit utilior; quippe quae et fub compendium rem omnem cogit, et memoriae affigit, et reminifcentiae facile fuggerit, ac

ῥᾳδίως ἐρχόμενον, ἁπάντων τε τῶν κατὰ μέρος ἐπιδέξιον χρῆσιν ἑτοίμως δεικνύμενον, ὡς ἂν εἰς ὀλίγα καὶ ὡρισμένα στοιχεῖα τῆς ἀναφορᾶς γιγνομένης αὐτῶν. τίς γὰρ οὐκ ἂν ἐξεύροι ῥᾳδίως πάσας τὰς κατὰ μέρος ἐν ταῖς τρίψεσι διαφοράς τε καὶ χρείας καὶ δυνάμεις, εἰ μόνον ἅπαξ ἐκμαθὼν τὴν γνώμην τοῦ παλαιοῦ μετὰ ταῦτα πρόχειρον ἔχει τῇ μνήμῃ τὴν ῥῆσιν αὐτοῦ, δι᾽ ἧς ἡμᾶς ἐδίδαξεν, ὡς δῆσαι μὲν ἡ σκληρὰ, λῦσαι δὲ ἡ μαλακὴ, μινυθῆσαι δὲ ἡ πολλὴ, σαρκῶσαι δ᾽ ἡ μετρία δύναται τρίψις; ἐκ γὰρ τοῦ ταῦτα νοῆσαί τε καὶ μνημονεῦσαι πρώτας μὲν τὰς ἐν τῇ ῥήσει παραλειφθείσας διαφορὰς εὑρήσομεν, εἶθ᾽ ἑξῆς ἐπιπλέκοντες ἀλλήλαις ἁπάσας ἐννέα συζυγίας ἀπεργασόμεθα, τὰς ὀλίγον ἔμπροσθεν ἐπὶ τοῦ διαγράμματος ἐγκειμένας, ἃς οὔθ᾽ εὑρεῖν οὔτε μνημονεῦσαι δυνατὸν ἄνευ τοῦ προηγήσασθαι τὴν στοιχειώδη διδασκαλίαν, ἣν Ἱπποκράτης ἐποιήσατο, σύμπαντα τὸν περὶ τῆς τρίψεως λόγον εἰς τὰς πρώτας ἀρχὰς ἀναγαγών, ἐξ ὧν ἀκριβῶς εὑρημένων οὐ μόνον τὰ νῦν εἰρημένα περιγίγνοιτο ἂν ἡμῖν, ἀλλὰ καὶ τὸ κρίνειν ἁπάσας

omnium, quae sigillatim agentur, rectum usum prompte suppeditat, ceu ad pauca et certa elementa referens. Quis enim non facile membratim frictionum differentias, usum ac vires inveniat, si, semel intellecta senis sententia, postea dictionem ejus memoriter teneat? qua videlicet docet, constringere quidem frictionem duram, solvere mollem, corpus adimere multam, augere mediocrem posse. Ex horum namque notitia ac memoria primum sane, quae omissae in verborum contextu sunt, differentias invenies; mox, omnibus inter se complicatis, novem conjugationes efficies, quas paulo supra descriptione sumus complexi; quas neque invenisse, neque memoria tenuisse promptum sit, nisi, quam Hippocrates tradidit, elementaris doctrina praecesserit, omnium frictionum ratione in prima principia reducta. Ex quibus prorsus inventis non ea modo, quae nunc sunt inventa, nobis suppeterent, sed etiam omnem corruptam doctrinam judicandi facultas

τὰς μοχθηρὰς διδασκαλίας. ἴδιον γὰρ μάλιστα μεθόδου τοῦτο, τὸ διὰ βραχείας ἀρχῆς στοιχειώδους ἐπὶ τὰ πάντα δύνασθαι τὰ κατὰ μέρους ἰέναι, καὶ κρίνειν ἅπαντα τὰ μοχθηρῶς εἰρημένα, καθάπερ κανόνι τινὶ τοῖς ἐπιστημονικοῖς θεωρήμασι τὰς οὐκ ὀρθὰς δόξας δοκιμάζοντα. περὶ μὲν δὴ τοῦ μήτ' ἄλλον τινὰ περὶ τρίψεως ὀρθῶς ἐγνωκέναι, μήτε τὸν γυμναστὴν Θέωνα, καίτοι τῶν ἄλλων κάλλιον ὑπὲρ αὐτῆς ἀποφηνάμενον, ἀλλ' Ἱπποκράτην τε καὶ ὅσοι τούτῳ παρηκολούθησαν, ἱκανὰ καὶ ταῦτα.

Κεφ. ε'. Λείποιτο δ' ἂν ἔτι τῶν ἀναβληθέντων, ὑπὲρ τῶν ὀνομάτων εἰπεῖν, ἵνα μή τις ὑπὸ τοῦ πλήθους αὐτῶν ἐξαπατώμενος ἰσαρίθμοις οἰηθῇ τὰς διαθέσεις ὑπάρχειν ταῖς προσηγορίαις. τὸ μὲν γὰρ σκληρὸν ὄνομα κυρίως ἐπιφέρεται κατά τινος μιᾶς τοῦ σώματος διαθέσεως, ἣν οὐδ' ἐξηγεῖσθαι διὰ πολλῶν ὁποία τίς ἐστι δεόμεθα, πάντων ἀνθρώπων ὑπὸ τῆς φωνῆς ποδηγουμένων ἐπὶ τὸ πρᾶγμα. κατὰ δὲ τὸν αὐτὸν τρόπον καὶ τὸ μαλακόν. τὸ δ' ἀραιὸν καὶ τὸ πυκνὸν οὐκέθ' ὁμοίως ἐναργῶς σημαίνει τὰς δια-

fupereffet. Quippe id methodi proprium maxime eft, ut ex parvo elementari principio ad fingula membratim pervenire poffit, tum, quicquid perperam eft dictum, fcientificis id theorematis, veluti regula quapiam, poffis judicare, perverfas opiniones examinans. Quod igitur neque alius quifpiam recte de frictione fenfit, neque Theon ipfe gymnaftes (tametfi eruditius caeteris de ea locutus), fed Hippocrates, et qui eum funt fecuti, fatis haec funt.

Cap. V. Supereft ex iis, quae ad hunc locum diftulimus, ut de nominibus ipfis differamus, ne quis eorum numero deceptus pares numero affectus cum ipfis appellationibus exiftimet. Duri enim vocabulum de quadam corporis affectione proprie dicitur, quam nec interpretari quidem, qualis fit, pluribus eft opus, nemine vel ex voce ipfa non ad rei notitiam perducto. Ad eundem modum et mollis vocabulum. At rari et denfi vocabula non perinde evidenter ipfos corporis affectus fignificant,

θέσεις τοῦ (238) σώματος, ὅτι διττή τις ἡ τῶν ὀνομάτων χρῆσις ἐγένετο, κυρίως μὲν ὀνομαζόντων ἑτέρα, καταχρωμένων δ' ἑτέρα. τὸ μὲν οὖν κυρίως ἀραιόν ἐστι τὸ μεγάλοις διαλαμβανόμενον πόροις, ὥσπερ γε καὶ πυκνὸν τι μικροῖς· τὸ δ' ἐκ μεταφορᾶς, ἢ καταχρήσεως, ἢ ὅπως ἂν ἐθέλῃς ὀνομάζειν, καὶ κατὰ τοῦ κεχυμένου τε καὶ πεπιλημένου λέγεται. κατὰ τοῦτο γοῦν ἔστιν ὅτε τὸν μὲν ἀέρα καὶ τὸ πῦρ ἀραιά, τὸ δ' ὕδωρ καὶ τὴν γῆν [79] πυκνὰ λέγομεν, ἐπ' αὐτὰ τὰ στοιχεῖα τὰς εἰρημένας προσηγορίας ἐπιφέροντες, ἡνωμένα τε καὶ ὁμοιομερῆ τὴν φύσιν ὑπάρχοντα, καὶ μηδενὶ διαλαμβανόμενα πόρῳ. πολὺ δὲ δὴ τούτων ἔτι μᾶλλον ἀποκεχώρηκε τοῦ κυρίως ὀνομάζεσθαι τό τε ἐσφιγμένον καὶ τὸ δεδεμένον, ἐκ μεταφορᾶς ἄμφω λεγόμενα, τὸ μὲν ἐσφιγμένον ἐπί τε τοῦ πυκνοῦ καὶ τοῦ σκληροῦ, ποτὲ μὲν ἑκατέρου καταμόνας ὑπάρχοντος, ἔστιν ὅτε δ' εἰς ταὐτὸν ἀφιγμένου, τὸ δ' αὖ δεδεμένον ἐπὶ τῶν αὐτῶν μὲν, ἀλλ' οὐκ ἐκ τῆς αὐτῆς μεταφορᾶς. ἐπειδὴ γὰρ ἅπαντα τὰ δεδεμένα δυσκίνητά εἰσιν, οὕτως ὀνομάζουσι καὶ τὰ διὰ

propterea quod duplex eorum nominum ufus obfervatur, alter eorum, qui proprie loquuntur, alter abutentium. Ac proprie quidem rarum accipimus, quod meatus magnos per totum obtinet, ficuti e diverfo denfum, quod eofdem parvos; at per metaphoram, five abufum, five quocunque alio genere appellaffe libet, de laxo coactoque haec ipfa vocabula dici audias; hac enim ratione et aërem et ignem aliquando raros dicimus, aquam et terram denfas, ad elementa fcilicet ipfa translatis appellationibus, quae tamen et unita funt, et ex fimilaribus natura partibus conftant, nec ullos ejusmodi meatus obtinent. Multo his longius a proprietate recefferunt illa, quae per metaphoram ambo funt dicta, nempe conftrictum et colligatum. Illud de denfo et duro, modo quidem utroque feorfum exiftente, modo in idem conveniente; hoc rurfus de iifdem dicimus, non tamen eadem metaphora. Nam quoniam omnia, quae colligata funt, eadem ad motum impedita funt, ita nimirum nominarunt et quae ob fic-

ξηρότητά τινα, ἢ ψύξιν, ἢ φλεγμονὴν, ἢ σκίῤῥον, ἢ τάσιν, ἢ πλήρωσιν, ἢ βάρος ἐν δυσκινησίᾳ καθεστῶτα. διὰ δὲ τὴν αὐτὴν αἰτίαν καὶ τοῖς ἐναντίοις χρῶνται τῶν ὀνομάτων ἐπὶ τῶν ἐναντίων διαθέσεων, ἀνεῖσθαι λέγοντες, ἢ ἐκλελῦσθαι, ἢ κεχαλάσθαι. χρὴ δὲ μὴ τῷ πλήθει τῶν ὀνομάτων προσέχειν, ἀλλ' ἡγεῖσθαι, διττὰ γένη διαθέσεων ὑπάρχειν τὰ πάντα, τὸ μὲν ἐν αὐτοῖς τοῖς ὁμοιομερέσι σώμασιν, ὅπερ ἤτοι σκληρὸν, ἢ μαλακόν ἐστι, τὸ δ' ἐν ταῖς τῶν ὀργάνων ποροποιΐαις συνιστάμενον, ὅπερ ἤτοι πυκνὸν, ἢ ἀραιόν. αὗται γὰρ ἴδιαι τῶν σωμάτων αὐτῶν εἰσιν αἱ διαθέσεις, ἐπίκτητοι δὲ καὶ ὡς ἂν εἴποι τις πρόσκαιροι, ποτὲ μὲν ἐμπεπλησμένων τῶν πόρων ὑγρότητος περιττῆς, ἔστιν ὅτε δὲ καὶ καθαρῶν ὑπαρχόντων, καὶ ποτὲ μὲν ἀναπεπταμένων, ἔστιν ὅτε δὲ μεμυκότων.

Κεφ. ϛ'. Ἀλλὰ περὶ τῶν διαθέσεων τούτων ἐν τοῖς ἑξῆς ὑπομνήμασιν ὁ λόγος ἔσται· νυνὶ δὲ ἐπὶ τὸ προκείμενον ἐπανιέναι χρὴ, καὶ πρότερον διορίσασθαι σαφέστερον ἔτι περὶ τρίψεως. ὡς ἐνίοτε μὲν αὐτὴ καθ' ἑαυτὴν ἐργά-

citatem aliquam, frigus, phlegmonen, scirrhum, tensionem, repletionem, aut pondus aegre moventur. Eandem ob causam et contrariis nominibus in contrariis affectibus utuntur, remitti, aut resolvi, aut laxari dicentes. Oportet autem non nominum inspicere numerum, sed affectuum genera duplicia in totum esse existimare, alterum, quod in similaribus ipsis observatur, de quo molle durumve dicitur, alterum, quod in instrumentalibus meatuum ratione consistit, quod; densum esse vel rarum dicitur. Hi namque corporum ipsorum proprii affectus sunt; ascititii vero et (ut ita dicam) temporarii, quod alias meatus ipsi supervacuo humore impleantur, alias sint mundi, et modo patentes, modo conniventes.

Cap. VI. Verum de his affectibus in sequentibus libris agemus. Nunc ad propositum redeundum, ac primum clarius adhuc de frictione ipsa differendum; nempe quod haec ipsa interdum per se corporibus nostris com-

ζεταί τι περὶ τοῖς σώμασιν ἡμῶν χρηστὸν, ἐνίοτε δὲ τοῖς ἐργαζομένοις ὑπηρετεῖ, καθάπερ Ἱπποκράτης ἔλεγε περὶ ἐπιδέσεως, ὡς ἐπίδεσις τὸ μὲν αὐτὴ ἰῆται, τὸ δὲ τοῖς ἰωμένοις ὑπηρετεῖ. αὐτὴ μὲν οὖν ἡ τρίψις ἐργάζεται τά τ' ἀραιὰ πυκνὰ ποιοῦσα, καὶ τὰ μαλακὰ πυκνοῦσα· σκληρὰ δ' ἂν εἴη πάντως ἡ τοιάδε τρίψις· καὶ μὲν δὴ καὶ τὰ σκληρὰ μαλάττουσα, καὶ τὰ πυκνὰ διευρύνουσα· μαλακὴ δέ ἐστιν ἡ τοιαύτη τρίψις. οὕτω δὲ καὶ ἡ τοῦ σαρκῶσαι χάριν ἢ τοῦ λεπτῦναι παραλαμβανομένη καθ' ἑαυτὰς ἐργάζονταί τι χρηστὸν ἐν τοῖς σώμασιν. ἡ μέντοι παρασκευάζουσα πρὸς τὰ γυμνάσια καὶ ἡ μετὰ ταῦτα παραλαμβανομένη τοῖς γυμνασίοις ὑπηρετοῦσιν, ἡ μὲν ἐκ τοῦ θερμῆναι μετρίως τοὺς πόρους ἀναστομοῦσα, καὶ τὰ κατὰ τὴν σάρκα περιττώματα χέουσα, καὶ τὰ στερεὰ μαλάττουσα. καλεῖται δὲ παρασκευαστικὴ τρίψις ἡ τοιαύτη. ἡ δὲ ἑτέρα προσαγορεύεται μὲν ἀποθεραπευτική· γινομένη δὲ μετὰ ἐλαίου πλέονος ἐπιτέγγει τε ἅμα τῷ λίπει, καὶ μαλάττει τὰ στερεὰ, καὶ διαφορεῖ τὰ ἐν τοῖς πόροις περιεχόμενα. ἀλλὰ περὶ

modum afferat, interdum iis, quae commodum afferunt, ad eum sane modum subministret, quem Hippocrates de deligatione tradidit his verbis: *Deligatio partim ipsa sanat, partim sanantibus subservit.* Ipsius igitur frictionis effectus sunt, et quod rara densat, et mollia durat; dura vero haec esse omnino postulat; praeterea quod dura mollit, et densa laxat; haec contra mollis sit oportet. Pari modo et quae carnis augendae minuendaeve causa suscepta est, utraque per se utile aliquid corpori confert. Quae tamen ad exercitationes corpora praeparat, item quae post exercitationem adhibetur, hae exercitationibus subserviunt. Illa modice calefaciendo tenues meatus recludit, simul excrementa, quae caro continet, fluxilia reddens, et solida emolliens; appellant autem hujusmodi frictionem praeparatoriam; altera recuratoria appellatur; haec cum plusculo oleo administrata simul pinguedine humectat, et solida emollit, et quae meatibus continentur, in halitus digerit. Verum de hac post dice-

μὲν τῇδε καὶ αὖθις εἴπωμεν ἐφεξῆς τοῖς γυμνασίοις. ἡ μέντοι παρασκευαστικὴ τρίψις ἐπὶ τῆς ἀρίστης φύσεως ἕνεκα τοῦ διαθερμῆναι τὰ σώματα παραλαμβανομένη καθ' ὃν εἴρηται τρόπον ὀλίγον ἔμπροσθεν γιγνέσθω, μαλακὴ μὲν τὰ πρῶτα, προσαγόντων δὲ ἤδη τοῖς πόνοις σκληρά. οὕτω γὰρ ἂν μάλιστα τό τε μαλάττειν ἔχοι καὶ τὸ πρὸς τὰς ἐνεργείας ἐπεγείρειν, καὶ τὸ διαφυλάττειν ὁποίαν παρέλαβε τὴν φύσιν τοῦ σώματος. εἰ μέντοι διαμαρτάνοιτο κατά τι, πρὸς τὸ σκληρὸν ἐκτρεπέσθω μᾶλλον. αἱ γὰρ ἐπ' ὀλίγον ὑπερβολαὶ τῆς συμμετρίας ἐν τῷ δέρματι καταπαύονται, τῶν ἐντὸς οὐδὲν ἀλλοιοῦσαι, [80] βλάπτοιεν δ' ἂν ἧττον τὸ δέρμα πρός τι σκληρόν τε καὶ πυκνὸν ἐκτρεπόμεναι· οὕτως γὰρ ἂν εἴη δυσπαθέστερον. ὡς, εἴ γε καὶ διαπνεῖσθαι τὸ τοιοῦτον καλῶς ἠδύνατο, σκληρότατον ἂν αὐτὸ καὶ πυκνότατον ἀπειργαζόμεθα. νυνὶ δὲ, ἐπειδὴ πρὸς ἄμφω χρὴ παρασκευασθῆναι καλῶς αὐτὸ, καὶ πρὸς τὴν τῶν ἔνδοθεν περιττωμάτων διαπνοὴν, καὶ τὴν τῶν ἔξωθεν ὁμιλούντων βίαν, ἄριστον ἂν εἴη τὸ μέσον ἑκατέρων τῶν ὑπερ-

mus, quum de exercitatione egerimus. Sed praeparatoria frictio in optima ftatus natura calefaciendi corporis caufa fufcepta, prout fupra traditum eft, fiat mollis prime, mox vero exercitationem aggreffuro dura; ita namque maxime et molliire poterit, et ad exercitationes excitare, et corporis naturam, qualem ab initio accepit, fervare. Quod fi quid aberratum fit, ad durum id potius fpectet. Nam qui breves a medio receffus funt, ii cute tenus finiuntur, nullo interiorum alterato. Minus vero laedetur ipfa cutis, fi ad durum fimul et denfum receffus a medio fint, quippe ita injuriae minus opportuna fiet. Adeo, fi tranfpiratio per hujufmodi cutim facilis effet, duriffimam eam atque denfiffimam efficeremus; nunc, quoniam ad utrumque munus probe effe comparatam oportet, et excrementa, quae intus conduntur, per halitum emittenda, et eorum, quae foris accedunt, vim tolerandam, utiliffimus fane fuerit medius inter utrumque exceffum

βολῶν. εἰ δ' ἄρα ποτὲ μὴ φυλάττοιτο τοῦτο, βέλτιον τὸ σκληρότερόν τε καὶ πυκνότερον τοῦ μαλακωτέρου καὶ ἀραιοτέρου. τὸ μὲν γὰρ τῆς διαπνοῆς ἐλλιπὲς ἐπανορθώσασθαι γυμνασίαις οἷόν τε· τὸ δὲ τῆς ἑτέρας διαθέσεως εὐεπηρέαστον ὑπὸ τῶν ἔξωθεν αἰτίων οὔτ' ἐπανόρθωσίν τινα ἑτέραν ἑτοίμην ἔχει, καὶ πρόσεστιν αὐτῷ βλάβη οὐ σμικρὰ, διαφερομένων πολλάκις οὐ τῶν περιττωμάτων μόνον, ἀλλὰ καὶ αὐτῆς τῆς τροφῆς. ἐν μὲν δὴ ταῖς κατὰ ποιότητα διαφοραῖς ἐπὶ τὸ σκληρότερον ἁμαρτάνειν χρὴ μᾶλλον, ἤπερ ἐπὶ τὸ μαλακώτερον· ἐν μέντοι ταῖς κατὰ ποσότητα πρὸς τὸ ἔλαττον, ἐπὶ τῆς προκειμένης δηλονότι φύσεώς τε καὶ ἡλικίας. ἀεὶ γὰρ χρὴ τούτου μεμνῆσθαι κατὰ τὸν ἐνεστῶτα λόγον. αὐξάνεσθαί τε γὰρ ἔτι βουλόμεθα τὸ τοιοῦτον σῶμα, καὶ ἥκιστα ξηραίνεσθαι. τίνας μέντοι χρὴ φύσεις σωμάτων κατὰ διαθέσεις ἐπὶ πλέον τρίβειν, αὖθις εἰρήσεται.

Κεφ. ζ'. Νυνὶ δὲ ἐπὶ τὴν ἐνεστῶσαν ὑπόθεσιν ἐπα-

modus; qui fi quando fortaffe non fervabitur, melior utique fuerit, qui ad durius denfiusque pertinebit, quam qui ad mollius laxiusque. Nam tranfpirandi defectum exercitio farcire licebit; alterius vero affectus vitium, quod eft ad externorum injuriam opportunitas, neque alias corrigi facile poteft, affertque praeterea conjunctum incommodum non parvum, digefto fubinde non excremento modo, verum etiam ipfius corporis nutrimento. Ergo in iis differentiis, quae a qualitate fumuntur, aberrare fatius eft verfus eam, quae durior eft, quam eam, quae mollior. In iis tamen, quae a quantitate ducuntur, in propofita faltem natura et aetate fi quid delinquitur, verfus id, quod minus eft, id efto. Semper enim ejus in praefenti difputatione meminiffe oportet, augendi ejufmodi corpus, haud quaquam ficcandi ftudium effe propofitum. Quas vero corporum naturas affectas amplius fricandum fit, poftea dicemus.

Cap. VII. Nunc ad propofitam materiam reverfi

ἐλθόντες ὑπὲρ τοῦ μέτρου τῆς τρίψεως ἐπισκεψώμεθα τὸν αὐτὸν τρόπον, ὅνπερ ἀρτίως ἐπεσκεψάμεθα περὶ τῆς ποιότητος. ἔοικε δὲ κἀνταῦθα, πρὶν ὁρίζειν τὸ μέτρον, ἑτέρου τινὸς ἐπιμνησθήσεσθαι σκέμματος, οὗ χωρὶς οὐδὲ τὸ μέτρον ὀρθῶς οὔτε ὁρισθῆναι δυνατὸν οὔτε γνωρισθῆναι. τὸ δὲ δὴ σκέμμα τοῦ περιέχοντος ἀέρος τὸν τριψόμενον ἡ κρᾶσίς ἐστιν, ἣν δεῖξαι μὲν ἐπὶ ἔργου ἐγχωρεῖ, διελθεῖν δὲ τῷ λόγῳ σαφῶς οὕτως, ὡς μηδὲν ἀπολείπεσθαι τὴν ἑρμηνείαν ἐναργοῦς ἐνδείξεως, ἀμήχανόν ἐστι καὶ ἀδύνατον παντάπασιν. ἀλλ' εἰ μὴ πολὺ λείποιτο δείξεως ἐναργοῦς ὁ λόγος, ἱκανὸν καὶ τοῦτο. προηγεῖται δὴ καὶ τῶνδε πάλιν ἑτέρα τις ὑπόθεσις, ἐν τίνι μὲν ὥρᾳ τοῦ ἔτους, ἐν τίνι δὲ χώρᾳ τῆς οἰκουμένης ὁ γυμνασόμενος ἔσται· μόνα γὰρ ἐπ' αὐτῷ διώρισται τό τε τῆς κατασκευῆς τοῦ σώματος καὶ τὸ τῆς ἡλικίας. οὔτε δὲ ἐν ὅτινι τέθραπται μέρει τῆς γῆς, οὔτε ἐν ᾧ μέλλει γυμνάζεσθαι νῦν, οὔτε καθ' ἥντινα τοῦ ἔτους τὴν ὥραν, ἢ καὶ τῆς ἡμέρας, προσδιώρισται, καίτοι παρὰ

de menfura ipfa frictionum agamus ad eundem modum, quo paulo ante de qualitate egimus. Convenit autem hoc loco, ut, priusquam menfuram definiam, alterius cujusdam quaeftionis mentionem faciam, fine cujus notitia menfuram ipfam nec definiviffe recte licet, nec noviffe. Eft vero, quod aeftimandum cenfeo, aëris, qui fricandum corpus continebit, temperies; quam utique in re ipfa monftrare licet, explicare oratione aperte, ita ut interpretationis evidentiae nihil defit, plane non licet, fed eft prorfus inexplicabilis. Verum, fi non adeo multum orationi de rei evidentia defit, abunde fuerit. Praecedit vero hanc et alia quaedam confideratio, nempe quo anni tempore, et in quonam orbis loco exercitandum ftatuamus. Duo enim hactenus de eo tantum definita funt, corporis ftatus et aetas. In qua vero terrae parte aut educatus hactenus fuerit, aut exercitandus tunc fit, aut quo anni dieive tempore, nihil fane conftitutum eft; quanquam pro harum certe cujufque ratione medio-

ταῦτα τὸ μέτρον τῆς τρίψεως ὑπαλλάττεται. προσδιοριστέον οὖν αὐτὰ πάλιν, εἰρημένα μὲν ἤδη δυνάμει κατὰ τὴν ἀρχὴν τοῦδε τοῦ γράμματος, οὐ μὴν τῇ γε ἑρμηνείᾳ σαφῶς δεδηλωμένα. λέγοντες γὰρ οἷον κανόνα τινὰ πρῶτον ἐπιθέσθαι πάντων τῶν ἐφεξῆς εἰρησομένων τὸν ἄμεμπτον τῇ κατασκευῇ τοῦ σώματος ἄνθρωπον, εὐθέως ἐν τούτῳ καὶ τὴν χώραν αὐτοῦ διορισόμεθα δυνάμει. οὔτε γὰρ εὐκρατότατον, οὔτε ἀμεμπτότατον τῇ κατασκευῇ γίνεσθαι σῶμα δυνατὸν ἐν τοῖς ἀμέτρως κεκραμένοις χωρίοις, ὡς ὅ τε λόγος ὑπαγορεύει καὶ ἡ πεῖρα δείκνυσι. ξηροὶ μὲν γὰρ καὶ ἰσχνοὶ καὶ οἷον ἐσκελετευμένοι γίνονται κατὰ τὰς θερμὰς χώρας οἱ ἄνθρωποι, ἀνώ[81]μαλοι δὲ ταῖς κράσεσιν, ὡς τὰ μὲν ἔξω ψυχρά, τὰ δὲ ἔνδον τε καὶ κατὰ τὰ σπλάγχνα θερμὰ (239) περαιτέρω τοῦ προσήκοντος ἔχειν, οἱ τῶν ψυχρῶν χωρίων οἰκήτορες. τὸ δ᾽ ἄριστον σῶμα, περὶ οὗ νῦν ὁ λόγος, ὥσπερ ὁ Πολυκλήτου κανών ἐστιν· ᾧ κατὰ μὲν τὴν ἡμετέραν χώραν, ὡς ἂν εὔκρατον ὑπάρχουσαν, ὦπται πολλὰ παραπλήσια σώματα· παρὰ δὲ Κελτοῖς,

critas frictionis eſt varianda. Ergo ad ea, quae hactenus ſtatuta ſunt, haec quoque defmienda ſunt, utique poteſtate inter initia operis jam tradita, non tamen interpretationis luce clare explicata. Dicens enim veluti regulam quandam omnium, quae poſt dicenda erant, poſiturum me hominem eo corporis ſtatu, de quo queri non poſſit, obiter nimirum etiam regionem hominis poteſtate deſinivi, quum nec optimo temperamento, nec inculpabili conſtitutione ullum in iis regionibus, quae a temperamenti modo receſſerunt, gigni poſſit, ſicuti tum ratio docet, tum experientia commonſtrat. Quippe ſicci, graciles et veluti torrefacti in aeſtuoſis tractibus homines fiunt. Rurſus frigidioris plagae incolae inaequali temperamento viſuntur, ut quibus exteriora frigeant, interiora atque in his viſcera immodice caleant. Sane optimum corpus, de quo nunc ſermo proponitur, veluti Polycleti regula eſt; cui in noſtra regione, utpote probe temperata, non pauca ſimilia videas, apud Celtas vero,

ἢ Σκύθαις, ἢ Αἰγυπτίοις, ἢ Ἄραψιν οὐδ' ὄναρ ἰδεῖν ἔστι τοιοῦτον σῶμα. καὶ αὐτῆς δὲ τῆς ἡμετέρας χώρας ἱκανὸν ἐχούσης πλάτος, εὐκρατότατόν ἐστι τὸ μεσαίτατον, οἷόνπερ ὑπάρχει τὸ κατὰ τὴν Ἱπποκράτους πατρίδα· καὶ γὰρ χειμῶνος αὕτη καὶ θέρους ἐστὶν εὔκρατος, ἔτι δὲ δὴ μᾶλλον ἦρός τε καὶ φθινοπώρου. τοιαύτην οὖν τινα χώραν ὑποθέμενοι τῷ προκειμένῳ σώματι, τὴν μὲν ὥραν τοῦ ἔτους αὐτῷ προϋποθώμεθα τὸ μεσαίτατον τοῦ ἦρος· ἔστω δὲ τῆς ἡμέρας ἐκείνης, ἐν ᾗ μέλλει πρὸς ἡμῶν γυμνάζεσθαι τὸ πρῶτον, ὡς οἷόν τε τὸ μεσαίτατον· ἵνα κατὰ μηδένα τρόπον ὑπὸ τοῦ περιέχοντος ἐξαλλαχθῇ πως ἡ φυσικὴ δύναμις τῆς κράσεως αὐτοῦ. διὰ δὲ τὸν αὐτὸν λογισμὸν οὐδὲ τὸν οἶκον, ἐν ᾧ γυμνάζεσθαι μέλλει, θερμότερον ἢ ψυχρότερον εἶναι προσήκει κατά γε τὴν ἡμέραν ἐκείνην τοῦ κοινοῦ τῆς πόλεως ὅλης ἀέρος. ἐν μέντοι χειμῶνι καὶ θέρει τοιοῦτον αὐτῷ προςθετέον· ἐν μὲν χειμῶνι θερμότητα, ἐν δὲ τῷ θέρει ψυχρότητα, ὡς εὔκρατον ἀκριβῶς ἀποτελεσθῆναι τὸ σῶμα κατὰ τὸν τῆς τρίψεως καιρόν.

Scythas, Aegyptios, Arabas ne per ſomnium quidem tale unquam eſt vidiſſe. Noſtrae autem regionis, quae in latitudinem non parvam extenditur, id, quod in medio habetur, optime ſane temperatum eſt, cujuſmodi patria Hippocratis eſt; etenim ea tum hyeme, tum aeſtate mediocrem temperiem exhibet, vere autem et autumno multo magis. Ejuſmodi igitur locum quum corpori propoſito dederis, anni quoque tempus veris medium ipſi dabis. Eſto vero et diei, in qua exercitandus a nobis primum eſt, maxime, quoad fieri poteſt, ipſe meridies; quo videlicet naturalis temperamenti ejus vis ab ambiente nullo pacto mutetur. Eadem exigit ratio, ut ne domus quidem, in qua exercitandus eſt, ipſo praeſertim die calidior frigidiorve ſit, quam publicus totius urbis aër. At hyeme atque aeſtate talis vel arte praeparandus eſt, nempe hyeme calidior, aeſtate frigidior; quo videlicet exacta temperie corpus frictionis tempore frua-

εἰ γὰρ ἤτοι θερμότερος ἢ ψυχρότερος εἴη περαιτέρω τοῦ προσήκοντος, ἐν μὲν τῷ θερμοτέρῳ φθάσειεν ἂν ἱδρῶσαι, πρὶν αὐτάρκως μαλαχθῆναι· κατὰ δὲ τὸν ψυχρότερον οὐδ᾽ ἂν ἐκθερμανθείη τὴν ἀρχὴν, οὐδὲ μαλαχθείη ποτὲ καλῶς, οὐδ᾽ ἐπανθήσειεν ἔρευθος εὐανθὲς, οὐδ᾽ εἰς ὄγκον ἀρθείη τὸ σῶμα. ταῦτα γὰρ δὴ τὰ γνωρίσματα συμμέτρου τρίψεώς ἐστιν ἐν ἀέρι συμμέτρῳ περὶ τὴν εὔκρατον ἕξιν τοῦ σώματος, ἔρευθός τε καὶ ὄγκος. ὥσπερ γὰρ ἐν τῷ καταχεῖν ὕδωρ θερμὸν εἰς ὄγκον μὲν τὸ πρῶτον ἐξαίρεται τὰ σώματα, πλεοναζόντων δὲ καθίσταται, καὶ διὰ τοῦθ᾽ Ἱπποκράτης ἐπ᾽ αὐτῶν εἶπε· τὸ μὲν γὰρ πρῶτον ἀείρεται, ἔπειτα δ᾽ ἰσχναίνεται· οὕτως καὶ ἡ τρίψις ἐξαίρει μὲν πρῶτον, αὖθις δὲ συστέλλει τε καὶ καθαίρει τὸ σῶμα. τοὺς μὲν δὴ σαρκώσεως ἕνεκα τριβομένους τηνικαῦτα παύεσθαι προσήκει, ὅταν τὸ σῶμα πλησίον ἥκῃ τοῦ καθίστασθαι· τοὺς δ᾽ εἰς τὰ γυμνάσια παρασκευαζομένους οὐχὶ τοῦτον ἀναμένειν τὸν καιρὸν, ἀλλὰ πολὺ πρόσθεν παύεσθαι, καὶ μάλισθ᾽ ὅταν ἄριστοι τὴν κρᾶσιν ὦσι, καὶ παῖδες ἔτι τὴν ἡλικίαν.

tur; quando, ſi juſto calidior frigidiorve domus fuerit, in calidiore quidem ſudabit prius, quam abunde molliatur, in frigidiore neque caleſiet prorſus, nec mollietur unquam, nec floridum ruborem oſtendet, nec in tumorem attolletur. Sunt namque duo haec, rubor et tumor, in aëris temperie et corporis ſtatu temperato mediocris frictionis notae. Veluti enim, ſi calidam aquam affundas, primum quidem corpus intumeſcit, ſi largius affundas, conſiſtit, ideoque et Hippocrates de his aiebat: *Primum quidem attollitur, deinde ſit gracile:* ita frictio quoque attollit quidem primum, poſtea contrahit ac purgat corpus. Iis ergo, qui carnis augendae cauſa fricantur, tunc plane finienda frictio eſt, quum corpus et intumuit, et prope eſt ut contrahatur. Qui autem ad exercitandum jam praeparantur, iis minime id tempus expectandum, ſed longe prius deſiſtendum a frictione eſt, potiſſimum quum optimi temperamenti ſunt, et aetate adhuc pueri;

Ed. Chart. VI. [81.] Ed. Bas. IV. (239.)

ὑγρὰ γὰρ δὴ τούτων τὰ σώματα, καὶ μαλακὰ, καὶ βραχείαις τρίψεσι μαλαττόμενα, σκοπὸς δέ ἐστι καὶ τέλος τῆς παρασκευαστικῆς τρίψεως τὸ μαλαχθῆναι μὲν τὰ στερεὰ, λυθῆναι δὲ τὰ ὑγρὰ, τοὺς πόρους δ᾿ εὐρυνθῆναι. ὁπόσον δέ τι τὸ πλῆθος ἔσται τῶν ἀνατρίψεων, οὐχ οἷόν τε λόγῳ δηλῶσαι, ἀλλὰ χρὴ τὸν ἐπιστατοῦντα, τρίβωνα τῶν τοιούτων ὑπάρχοντα, κατὰ μὲν τὴν πρώτην ἡμέραν οὐκ ἀκριβεῖ στοχασμῷ χρήσασθαι, κατὰ δὲ τὴν ἑξῆς, ἐμπειρίαν ἤδη τινὰ τῆς τοῦ σώματος ἐκείνου φύσεως ἔχοντα, τὸν στοχασμὸν ἀεὶ καὶ μᾶλλον ἐξακριβοῦν. καὶ μὲν δὴ καὶ κατὰ τὰ γυμνάσια τῇ μὲν πρώτῃ τῶν ἡμερῶν οὐ δυνατὸν ἀκριβῶσαι τὸ μέτρον, ἐν δὲ ταῖς μετὰ τήνδε καὶ πάνυ δυνατόν. ἔστω δὴ κἀνταῦθα γνωρίσματα, κατὰ μὲν τὴν πρώτην ἡμέραν, ὅταν ἐγκελευομένῳ καὶ παρορμῶντι γυμνάσασθαι μηκέθ᾿ ὁμοίως ὑπακούῃ, ἀλλὰ βραδυτέρας τε καὶ ἀραιοτέρας, καὶ ἀσθενεστέρας, καὶ, τὸ σύμπαν εἰπεῖν, ἀτονωτέρας ποιῆται τάς τε λαβὰς τῶν προσπαλαιόντων καὶ τὰς κινήσεις. εἶναι δὲ δηλονότι χρὴ τὸν γυμναζόμενον οὔτε

horum namque tum humidum corpus est, tum tenerum, ac paucis frictionibus mollescens. Praeparatoriae vero frictionis meta finisque est, ut solidae partes molliantur, humidae solvantur, et corporis exigui meatus laxentur. Quis vero frictionum esse debeat numerus, definire sane oratione non est: caeterum, qui his praeficitur harum rerum peritus, hic primo quidem die minus exacta exquisitaque conjectura utetur, sequenti vero die, ubi jam experientiam aliquam naturae illius corporis est adeptus, magis exactam certamque habebit. Quin etiam de exercitatione ipsa primo certe die mensuram ad unguem definire non potest, sequentibus deinceps omnino potest. Sunto igitur hic quoque notae, primo quidem die, quum adhortanti incitantique ad exercitandum non perinde obsequitur, sed segniores et minus tum frequentes, tum decentes, ac (ut semel dicam) minus valentes tum colluctatoris sui apprehensus, tum motus obit. Porro expedit neque paulo animosiorem esse, qui exercitatur, ut

θυμικὸν, ὡς ἔτι προθυμεῖσθαι γυμνάζεσθαι, καμνούσης ἤδη τῆς δυνάμεως, [82] οὔτ᾽ ἄθυμον, ὡς ἀπαγορεύειν ἔτι πονεῖν δυνάμενον. ἔστι δὲ δή που τοιοῦτος οὐ τὸ σῶμα μόνον, ἀλλὰ καὶ τὴν ψυχὴν, ὁ νῦν ἡμῖν ὑποκείμενος ἄνθρωπος· ὡς, ὅσοι γε ψυχροὺς ἔχουσι χυμοὺς ἐν τῇ γαστρὶ περιεχομένους, ἢ κατὰ τὴν ὅλην ἕξιν ἠθροισμένους, ἀργότεροι πρὸς τὰς κινήσεις εἰσίν. ὡσαύτως δὲ καὶ οἱ πληθωρικῶς διακείμενοι καὶ οἱ προσφάτῳ κρύει καταπονηθέντες ἄθυμοί τέ εἰσι καὶ ὀκνηροὶ κινεῖσθαι, καὶ τούτων ἔτι μᾶλλον, ὅσοι φύσει ψυχρότεροι, καὶ πολὺ δὲ δὴ μᾶλλον, εἰ τῇ ψυχρότητι καὶ ὑγρότης προσείη. οὗτοι μὲν γὰρ νοθεύουσι τὰ τοῦ μέτρου τῶν γυμνασίων γνωρίσματα, καθάπερ γε καὶ οἱ θερμότεροι τὴν κρᾶσιν, ἢ διὰ τὴν οἰκείαν φύσιν, ἢ δι᾽ ἐπίκτητόν τινα διάθεσιν, εὔθυμοί τέ εἰσι καὶ φιλόνεικοι, καὶ πρὸς τὰς ἐνεργείας ἕτοιμοι περαιτέρω τοῦ δέοντος. ὅσοι δὲ μήτε τὸ σῶμα θερμότερον ἢ ψυχρότερον ἔχουσι, μήτ᾽ ἄθυμοι τὴν ψυχήν εἰσι τὸ πάμπαν, ἢ φιλόνεικοί τε καὶ φιλότιμοι καὶ θυμικοὶ, τούτοις ἀκριβῆ διαφυ-

laſſis jam viribus etiam exercitari aveat, neque ignavum, qui integris adhuc viribus laborem tamen detrectet. Eſt vero profecto talis non corpore modo, ſed etiam animo, quem nunc educandum ſuſcepimus: quandoquidem, quibus frigidus ſuccus in ventre continetur, aut in toto corporis habitu collectus eſt, ii ſegniores ad motionem ſunt. Pari modo et qui plethorici ſunt, et quos recens frigus afflixit, ii et ignavi ſunt, et ad movendum pigri. Jam his etiam magis ita ſunt affecti, quicunque natura frigidiores ſunt; ſicuti etiam his ipſis longe magis, quorum frigiditati etiam humor eſt adjunctus; hi namque menſurae exercitationum notas corrumpunt, ſicuti e diverſo, qui calidiori temperamento ſunt, ſive id propria naturae ſponte eveniat, ſive ab aſcititio quopiam affectu, hi et animoſi ſunt, et certaminis avidi, et ad actionem plus, quam expedit, prompti. At quibus nec corpus calidius frigidiusve eſt, nec animus omnino demiſſus, aut contentionis gloriaeve praecupidus, et ad actionem praeceps,

λάττεται τοῦ μέτρου τῶν γυμνασίων τὰ γνωρίσματα, καὶ κατὰ τὴν πρώτην μὲν ἡμέραν εὐθὺς, ἀτὰρ οὖν ἔτι δὴ καὶ μᾶλλον ἐπὶ προήκοντι τῷ χρόνῳ. εἰ γάρ τι καὶ παρέλαθεν κατὰ τὴν ἀρχὴν, ἀκριβωθήσεται τοῦτο τῇ πείρᾳ διδαχθέν. οὕτως οὖν εἰς ἀκριβῆ στοχασμὸν ἔρχεται καὶ τὸ τῶν σιτίων μέτρον, οὐδενὶ τρόπῳ κατ᾽ ἀρχὰς γνωρισθῆναι δυνάμενον· ἀλλ᾽ ἡ καθ᾽ ἑκάστην ἡμέραν πεῖρα καὶ μνήμη τοῦ ποσοῦ τῶν σιτίων τε καὶ γυμνασίων, οὐδὲ ἀργῶς ὁρῶντος τοῦ προεστῶτος, ἀλλ᾽ ἀεὶ μεμνημένου, ὅπως ἔπεψεν ἐπὶ τοσοῖσδε γυμνασίοις τὰ τοσάδε σιτία, πλησίον ἀκριβοῦς ἐπιστήμης ἄγει τὴν διάγνωσιν ἐν τῷ χρόνῳ. ταυτὶ μὲν οὖν ἤδη πρὸς ἅπαντα κοινὰ καὶ ταῖς μοχθηροτέραις ὑπάρχει κατασκευαῖς τοῦ σώματος, ὑπὲρ ὧν οὐδέπω πρόκειται λέγειν. ἡ δ᾽ ἀρίστη φύσις, ἡ νῦν ἡμῖν προκειμένη, τὰ μέτρα πάντων εὔδηλα κέκτηται, μήτε τοῖς τῆς ψυχῆς ἤθεσι μήτε ταῖς τοῦ σώματος δυσκρασίαις ἐπιθολοῦσά τε καὶ νοθεύουσα τῶν εἰρημένων μηδὲν, ἀλλὰ καὶ τρίψεων, καὶ γυμνασίων, καὶ σιτίων, καὶ ὕπνων ἐναργῶς ἐνδεικνυμένη τὰ μέτρα,

ëis modi exercitationum indicia integra manent, illaefaque fervantur, et primo ftatim die, et multo magis procedente tempore. Si enim quid inter initia nos fugit, id experientia ipfa perceptum ad exactam notitiam perveniet. Non aliter et cibi modus ad certam conjecturam perducitur, qui tamen ab initio definiri nullo pacto poteft, verum quotidiana experientia, cum recordatione quantitatis tum cibi, tum exercitationum, eo etiam, qui huic praeficitur, nihil non follicite obfervante, fed femper, ut tantum ciborum poft tantam exercitationem concoxit, recordante, propemodum ad exactam fcientiam intellectum tempore perducit. Haec igitur omnia etiam deficientibus ab optima conftitutionibus communia funt, de quibus agere nondum ftatuimus. Caeterum optima natura, quae hic nobis eft propofita, menfuras omnium manifeftas obtinet, ut quae nec animi moribus, nec corporis intemperie dictorum quicquam obturbet immutetve, fed frictionis, exercitationis, ciborum ac fomni menfu-

καὶ τηνικαῦτα πρῶτον ἀπαγορεύουσα πρὸς ἕκαστον, ὅταν μηκέτι δέηται, ὥστε εἶναι καὶ τοῦτο τῷ προεστῶτι τοιούτου σώματος οὐ μικρὸν γνώρισμα μέτρου. λέγω δὲ τὴν περὶ ἕκαστον ὧν ἂν πράττῃ προθυμίαν, αὐτῆς τῆς φύσεως ἑαυτῇ τὸ μέτρον εὑρισκούσης ἐν ταῖς ἀρίσταις κατασκευαῖς. καὶ γὰρ ἀνατριβόμενοι τηνικαῦτα πρῶτον ἐξίασιν ἐπὶ τὸ γυμνάσιον οἱ ἄριστα πεφυκότες, ὅταν ἱκανῶς ἔχωσι μαλακότητός τε ἅμα καὶ θερμότητος ἅπαντι τῷ σώματι· καὶ γυμναζόμενοι τότε πρῶτον ὀκνήσουσιν, ὅταν αὐτάρκως γυμνασθῶσιν· καὶ δὴ καὶ σιτίων καὶ πομάτων ἀποστήσονται τότε πρῶτον, ὅταν ἱκανῶς ἐμπλησθῶσιν· ὡς οὐδεὶς φόβος, οὔτε ὑπερπονῆσαι τὸν τοιοῦτον ἄνθρωπον, οὔθ' ὑπερεμπλησθῆναι, ταῖς ὁρμαῖς τῆς φύσεως οἰακιζόμενον. οὔκουν οὐδὲ τοῦ προεστῶτος εἰς ἄκρον ἥκοντος ἐπιστήμης ὁ τοιοῦτος ἄνθρωπος δεῖται, καθάπερ οἱ μετὰ ταῦτα λεχθησόμενοι πάντες, οἱ μοχθηρῶς κατεσκευασμένοι. αὐτὸ γὰρ ἑαυτῷ πάντ' ἐξευρίσκει τὸ ὑγιεινὸν σῶμα, ταῖς τῆς φύσεως ὁρμαῖς

ras aperte indicet, ac tum primum quodlibet horum refpuat, quum ejus ultra non egeat. Quare fuerit hoc quoque ei, qui tali corpori praeficitur, non minimus modi index; dico autem ipfam ad fingula, quae agi debent, alacritatem, ipfa nimirum natura in optimo corporis ftatu modum fibimet praefcribente. Etenim qui optima natura funt, et jam ad exercitationem frictione praeparantur, tum demum ad exercitandum prodibunt, quum toto jam corpore abunde emolliti excalfactique funt. Exercitati quoque tum primum fegnius movebuntur, quum fatis exercitati jam fuerint. Jam a cibo et potu primum abfiftent, quum fatis fe impleverint. Quare nullus in hoc homine metus eft, ne quando aut jufto plus laboret, aut jufto plus cibis fe ingurgitet, fi naturae fuae impetus fequatur; quo fit, ut neque prorfus peritiffimum fibi praefici is poftulet, ficuti omnes, de quibus poftea fermo erit, deterioris notae homines: quippe fanum corpus ipfum fibi ipfi omnia invenit proprio naturae uao ductum impetu, maxime fi in iis, quae ad ani-

ἐπιτροπευόμενον, καὶ μάλιστα εἰ καλῶς εἴη τὰ τῆς ψυχῆς αὐτῷ πεπαιδευμένα. πολλοὶ γὰρ ἔθεσι μοχθηροῖς ἐντραφέντες, ἀκολαστότερον ἢ ἀργότερον διαιτώμενοι, διαφθείρουσι φύσεις χρηστὰς, ὥσπερ αὖ πάλιν ἔνιοι, μοχθηρῶς φύντες τὸ σῶμα, βίῳ σώφρονι καὶ γυμνασίοις εὐκαίροις ἐπανωρθώσαντο τὰ πολλὰ τῶν ἐ(240)λαττωμάτων. [83] ἀλλὰ τούτων μὲν γυμνασίων τε καὶ ἔργων ὁ μετὰ ταῦτα λόγος ἅπας σύγκειται· περὶ δὲ τῶν ἄριστα κατεσκευασμένων τὸ σῶμα καὶ τὸν νοῦν προσεχόντων ἐπιστάταις ὑγιεινοῖς ἐν τῷδε τῷ γράμματι πρόκειται διελθεῖν. ὁ μὲν οὖν ἔμπροσθεν λόγος ὑπὲρ αὐτῶν εἰς τὸ μέτρον ἐτελεύτα τῶν γυμνασίων· ἐφεξῆς δ' ἂν εἴη καιρὸς ὑπὲρ τῶν εἰδῶν διελθεῖν.

Κεφ. η'. Εἴδη δὲ γυμνασίων ὀνομάζω πάλην, παγκράτιον, καὶ πυγμὴν, καὶ δρόμον, ὅσα τ' ἄλλα τοιαῦτα, τινὰ μὲν αὐτῶν τούτων γυμνάσια μόνον ὑπάρχοντα, τινὰ δὲ οὐ γυμνάσια μόνον, ἀλλὰ καὶ ἔργα· γυμνάσια μὲν αὐτά γε δὴ ταῦτα τὰ εἰρημένα, καὶ προσέτι τὸ πιτυλίζειν, τὸ ἐκπλεθρίζειν, τὸ σκιομαχεῖν, τὸ ἀκροχει-

mum pertinent, recte fit institutum. Nam multi in malis moribus a pueris educati, in desidia et intemperantia viventes, bonitatem naturae corrumpunt, sicuti contra nonnulli vitiosam corporis naturam sortiti temperantia vitae et appositis exercitiis naturae vitia mutarunt in melius. Sed de horum quidem *tum exercitationibus,* tum operibus sequens liber totus componitur. De iis autem, qui optimo corporis statu sunt, et qui sanitatis rectoribus mentem adhibent, in hoc libro agere statuimus. Ac praecedens quidem de his sermo ad exercitationum mensuram usque est progressus; superest ergo, ut de speciebus ejus disseramus.

Cap. VIII. Species exercitationum voco luctam, pancratium, pugilatum, cursum et quaecunque caetera sunt ejusmodi, quorum alia tantum exercitationes sunt, alia non exercitationes solum, sed etiam opera. Exercitationes sunt tum haec ipsa, quae dicta modo sunt, tum praeter haec pitylisma, ecplethrisma, sciomachia, acro-

ρίζεσθαι, τὸ ἅλλεσθαι, τὸ δισκοβολεῖν, καὶ διὰ κωρύκου, καὶ διὰ σφαίρας, ἢ μικρᾶς, ἢ μεγάλης, καὶ δι' ἁλτήρων ἐκπονῆσαι τὸ σῶμα, γυμνάσια δ' ἅμα καὶ ἔργα σκάπτειν, ἐρέττειν, ἀροῦν, κλᾶν ἀμπέλους, ἀχθοφορεῖν, ἀμᾶν, ἱππεύειν, ὁπλομαχεῖν, ὁδοιπορεῖν, κυνηγετεῖν, ἁλιεύειν, ὅσα τ' ἄλλα κατὰ μέρος πράττουσιν ἄνθρωποι τεχνῖται καὶ ἄτεχνοι τῶν κατὰ τὸν βίον ἕνεκα χρειῶν, ἢ οἰκοδομοῦντες, ἢ χαλκεύοντες, ἢ ναυπηγοῦντες, ἢ ἀροτρεύοντες, ἤ τι τοιοῦτον ἕτερον πολέμιον ἢ εἰρηνικὸν ἐργαζόμενοι. τοῖς πλείστοις δὲ τῶν τοιούτων ἔνεστί ποτε καὶ ὡς γυμνασίοις μόνον χρήσασθαι. τριττὴ γάρ τις αὐτῶν ἡ σύμπασα χρεία· ποτὲ μὲν γὰρ ὡς ἔργον μόνον αὐτὸ δὴ τοῦτο παραλαμβανόμενον, ἐνίοτε δὲ ὡς ἀσκημάτων ἕνεκα τῆς τῶν μελλόντων ἔργων χρείας, ἔστιν ὅτε δὲ καὶ ὡς γυμνασίων. κατ' ἀγρὸν γοῦν ποθ' ἡμεῖς ληφθέντες ἐν χειμῶνι ξύλα τε σχίζειν ἠναγκάσθημεν ἕνεκα τοῦ γυμνάζεσθαι, καὶ κριθὰς ἐμβάλλοντες ὅλμῳ κόπτειν τε καὶ ἐκλεπίζειν, ἅπερ ἑκάστης ἡμέρας οἱ κατ' ἀγρὸν ἔπραττον ὡς ἔργα. περὶ μὲν δὴ τῆς ὡς

cheirismus, faltare, difcum jacere, tum coryco, tum pila, vel parva, vel magna, et per halteres corpus fatigare. Exercitia fimul et opera funt fodere, remigare, arare, vites amputare, onus geftare, metere, equitare, armatum pugnare, iter facere, venari, pifcari et facere alia, quaecunque homines, vel opifices, vel non opifices, in vita ufus caufa exercent, feu domos aedificent, feu naves, feu ferrariam aerariamve factitent, feu aratra pangant, feu tale aliquod pacis bellive inftrumentum fabricent. Horum autem plerisque licet quandoque veluti exercitiis tantum uti. Quippe triplex in univerfum ipforum ufus eft, quum interdum operis tantum caufa ufurpentur, interdum meditationis, fed quae ad ufum futuri fit operis, interdum pro exercitatione tantum. Quippe ipfe aliquando hyeme deprehenfus in agro, tum ligna findere, tum hordeum in pila contundere ac deglubere exercendi corporis caufa fum coactus, quae nimirum

ἔργων αὐτῶν χρήσεως ἐν τῷ μετὰ ταῦτα λόγῳ διαιρήσομαι· ἐν δὲ τῷ παρόντι περὶ τῆς ὡς γυμνασίων ἐροῦμεν. ἅπαντα γὰρ τὰ τοιαῦτα γυμνάσια γίγνονται μήτε δι' ὅλης ἡμέρας αὐτὰ πραττόντων, μήτ' ἐν ἄλλῳ καιρῷ τοῦ πρὸ τῶν σιτίων. φυλάττεσθαι δὲ δήπου προσήκει καὶ τὸ μέτρον ἐπ' αὐτοῖς τῶν γυμνασίων, καὶ τὴν καλουμένην ἀποθεραπείαν. εἰ δὲ καὶ προανατριψάμενός τις αὐτάρκως ἐπ' αὐτὰ παραγίγνοιτο, νῦν μὲν ἂν ἀκριβῶς ἅπαντας ἔχοι τοὺς ἀριθμοὺς τῶν γυμνασίων. ὑπέρ τε οὖν τούτων ἁπάντων, ἃ δὴ καὶ γυμνασίων εἴδη καλοῦμεν, ἐπίστασθαι χρὴ τὸν τὴν ὑγιεινὴν μετιόντα, καλεῖν δ' ἔξεστιν αὐτὸν, ὡς ἔμπροσθεν εἶπον, ἢ ὑγιεινὸν, ἢ γυμναστὴν, ἢ ἰατρὸν, κυριωτάτης μὲν ἐσομένης τῆς πρώτης προσηγορίας, ἐκ καταχρήσεως δὲ τῶν ἄλλων. εἴπερ γὰρ ἅπαντες οἱ τεχνῖται παρωνύμως ὀνομάζονται τῶν τεχνῶν, ἃς μεταχειρίζονται, πρόδηλον, ὡς ὁ τὴν ὑγιεινὴν τέχνην μετερχόμενος ὑγιεινὸς ἂν εὐλόγως προσαγορεύοιτο, καθάπερ καὶ ὁ περὶ τὰ γυμνάσια μόνον γυμναστὴς, καὶ ὁ περὶ τὰς ἰάσεις ἰατρός. εἰ δέ

agrestes quotidie pro opere faciebant. De horum igitur ceu operum usu in sequentibus, ceu exercitationum nunc tractabimus. Nullum namque id genus exercitium aut perpetuum diem obitur, aut alio tempore, quam ante cibum. Servari vero tum modum exercitationum in his oportet, tum vocatam apotherapiam. Quod si etiam idonea frictione usus ad ea quis accedet, jam omnes exercitationum numeros impleverit. De his igitur omnibus, quas exercitiorum species vocamus, scientem esse oportet eum, qui hygieinen exercet; licet enim eum (ut ante dictum est) aut hygieinum, aut gymnasten, aut medicum vocare: prima tamen appellatio maxime propria est, reliquae per abusum. Nam si artifex quisque ab arte, quam tractat, deductum sortiatur nomen, patet, eum, qui hygieinen artem profitetur, merito hygieinum appellari, ita nimirum, ut, qui gymnasiis tantum praeest, gymnasten, et qui morbis medetur, medicum. Quod si quis

τις ἢ γυμναστὴν, ἢ ἰατρὸν ὀνομάζει τὸν ὑγιεινὸν τοῦτον, ἀπὸ μέρους τε προσαγορεύει τὸ σύμπαν καὶ οὐ κυρίως, ἀλλ' ἐκ καταχρήσεως, ἢ ἐπιδιστάσεως, ἢ ὅπως ἄν τις ἐθέλῃ καλεῖν, οὕτω ποιήσεται τὴν προσηγορίαν. αἴτιον δὲ τούτου τὸ, μιᾶς οὔσης τῆς περὶ τὸ σῶμα τέχνης, ἐφ' ὅλης αὐτῆς ὄνομα μηδὲν τετάχθαι κύριον, ὑπὲρ ὧν ἐπὶ πλεῖον ἐν ἑνὶ βιβλίῳ τὸν λόγον ἐποιησάμην, ὃ Θρασύβουλος ἐπιγράφεται. εἴδη μὲν γυμνασίων τὰ εἰρημένα. [84] ποιότης δὲ ἢ διαφορὰ (καὶ γὰρ οὖν καὶ ταῦτ' ἔξεστιν ἑκατέρως ὀνομάζειν) ὀξύτης τε κινήσεώς ἐστι καὶ βραδύτης, εὐτονία τε καὶ, ὡς ἂν εἴποι τις, ἀτονία, καὶ πρὸς τούτοις ἔτι σφοδρότης ἔσται καὶ ἀμυδρότης. τρόποι δὲ τῆς χρήσεως ἁπάντων τῶν εἰρημένων εἰδῶν ἅμα ταῖς οἰκείαις διαφοραῖς οἱ τοιοίδε εἰσίν. ἤτοι συνεχὴς ἡ κίνησίς ἐστιν, ἢ διαλείπουσα· καὶ εἰ μὲν συνεχὴς, ἤτοι ὁμαλὴ, ἢ ἀνώμαλος, εἰ δὲ διαλείπουσα, ἢ τεταγμένη, ἢ ἄτακτος. οὗτοι μὲν οὖν οἱ κατ' αὐτὸ τὸ πρᾶγμα τρόποι τῆς χρήσεως· οἱ δ' ἀπὸ τῶν ἔξωθεν αὐτῷ προσιόντες τοιοίδε. ἢ ἐν ὑπαίθρῳ χωρίῳ γίγνεται

hunc ipfum vel gymnaften, vel medicum hygieinum appellet, et a parte totum, et non proprie nominat, fed abufive, vel ambigue, vel quomodocunque aliter quis vocare velit, appellationem faciet. Hujus rei caufa eft, quod, cum una fit ars, quae circa corpus verfetur, unicum ei toti proprium nomen inditum non eft. De quibus omnibus uberius fingulari libro egimus, qui Thrafybulus infcribitur. Ac genera quidem exercitationum funt ea, quae diximus: qualitas vero feu differentia (nam et hanc quoque utroque modo appellare licet) velocitas tarditasque motus funt, et robur, et, ut aliquis dixerit, imbecillitas, ad haec vehementia et levitas. Utendi vero modi omnium praedictorum generum una cum differentiis propriis hujusmodi funt. Nam aut continuus motus eft, aut intermittens; et fi continuus, aut aequalis, aut inaequalis; fin intermittens, aut ordinatus, aut inordinatus. Hi igitur utendi modi ab ipfa re fumuntur. Qui vero ab externis rebus ducuntur, ejusmodi funt, quod aut fub

τὸ γυμνάσιον, ἢ ἐν καταστέγῳ, ἢ ἐν ὑποσυμμιγεῖ σκιᾷ. κατὰ δὲ τὸν αὐτὸν τρόπον ἢ θερμόν ἐστι τὸ χωρίον, ἢ ψυχρὸν, ἢ εὔκρατον, καὶ ἤτοι ξηρὸν ἀκριβῶς, ἢ ὑγρὸν, ἢ μέτριον. οὕτω δὲ καὶ τὸ μετὰ κόνεως, ἤτοι πλέονος, ἢ ἐλάττονος, ἐλαίου τε, καὶ κατὰ τὸν αὐτὸν λόγον ἢ πλέονος, ἢ ἐλάττονος, ἢ καὶ χωρὶς ἑκατέρου, τρόπος ἐστὶ χρήσεως γυμνασίου.

Κεφ. θ'. Ἐπεὶ τοίνυν ἤδη διώρισται πάνθ' ἡμῖν, ὧν ἔμπειρον εἶναι χρὴ τὸν ὑγιεινὸν, ἐπὶ τὰ τῶν γυμνασίων εἴδη καιρὸς ἰέναι, καὶ πρῶτον μὲν διελέσθαι, τί τὸ κοινὸν ἅπασιν ὑπάρχει, καὶ τί καθ' ἕκαστον ἴδιον, ἐφεξῆς δὲ τοὺς καιροὺς τῆς τρίψεως ἀφορίσασθαι. τὸ μὲν δὴ κοινὸν ἁπάντων γυμνασίων ἐστὶ θερμότητος αὔξησιν ἐξ αὐτῶν τοῖς ζώοις ἐργάζεσθαι. θερμαίνεται γὰρ ἡμῶν τὰ σώματα κατά τε τὰ βαλανεῖα, καὶ κατὰ θερμῶν ὑδάτων λουτρὰ, καὶ τὰς θερμὰς ὥρας τοῦ ἔτους, ἡλιοθερούντων τε καὶ παρὰ πυρὶ θαλπομένων, καὶ θερμοῖς φαρμάκοις ἀνατριβομένων. ἀλλ'

dio exercitatio fit, aut fub tecto, aut in mixta umbra. At ipfo modo aut calens locus eft, aut frigidus, aut temperatus, praeterea aut plane ficcus, aut humidus, aut medio modo temperatus. Sic vero et quae exercitatio cum pulvere exiguo multove, item quae cum oleo exiguo multove, aut etiam fine utroque, modus eft ufus exercitationis.

Cap. IX. Quoniam ergo enumerata a nobis univerfa funt, quorum peritum effe oportet, qui fanitatem tuendam profitetur, ad ipfa nunc exercitationum genera redire tempeftivum eft, ac primum diluere, tum quid omnibus fit commune, tum quid fingulis proprium, hinc frictionis ipfius tempora definire. Ergo omnis exercitationis commune illud eft, quod animali ipfi ex ipfa caloris incrementum excitatur. Quippe calefiunt corpora noftra et balneis, et calidarum aquarum lavacris, et calidis anni tempeftatibus, quum infolamur, et quum igni fovemur, et quum calidis medicamentis perfricamur. Caeterum ab

ἔξωθεν αἱ τοιαῦται πᾶσαι θερμότητος, οὐκ ἔνδοθεν, οὐδ' ἐκ τῆς οἰκείας ἀρχῆς ἀνάπτονται καὶ αὐξάνονται. κατὰ δὲ τὰ γυμνάσια τῆς ἐμφύτου θερμότητος τοῖς ζώοις αὔξησίς ἐστιν, ἐξ αὐτῶν τῶν ἰδίων σωμάτων γιγνομένη. καὶ τοῦτο κοινὸν μὲν ἁπάντων τῶν γυμνασίων, οὐ μὴν ἴδιόν γέ ἐστιν, εἴ γε δὴ καὶ τοῖς θυμωθεῖσι, καὶ τοῖς ἀγωνιῶσι, καὶ τοῖς αἰδεσθεῖσιν αὔξησις τῆς ἐμφύτου γίγνεται θερμότητος. ὁ μέν γε θυμὸς οὐδ' ἁπλῶς αὔξησις, ἀλλ' οἷον ζέσις κατὰ τὴν καρδίαν θερμοῦ· διὸ καὶ τὴν οὐσίαν αὐτοῦ τῶν φιλοσόφων οἱ δοκιμώτατοι τοιαύτην εἶναί φασι. συμβεβηκὸς γάρ τι καὶ οὐκ οὐσία τοῦ θυμοῦ ἐστιν ἡ τῆς ἀντιτιμωρήσεως ὄρεξις. αὐξάνεται δὲ καὶ τοῖς αἰδεσθεῖσιν ἡ ἔμφυτος θερμότης, εἴσω μὲν τὰ πρῶτα δραμόντος ἅπαντος τοῦ θερμοῦ, μετὰ ταῦτα δὲ ἀθροισθέντος ἐν τῷ βάθει, κἄπειτα αὐξηθέντος, καὶ δι' ἄθροισιν μὲν τὴν ἐνταῦθα, καὶ διὰ τὴν κίνησιν δὲ τὴν συνεχῆ. οὐ γὰρ ἡσυχάζει τὸ πνεῦμα τῶν αἰδουμένων, ἀλλ' ἔνδοθέν τε καὶ περὶ αὐτὸ μετὰ τοῦ σύμπαντος αἵματος κυκᾶται πολυειδῶς,

externo eſt omnis ejusmodi calor, non ab interno, nec a proprio principio, ſed aliunde accenſus auctuſque, per exercitationes vero inſiti caloris augmentum animalibus ex ipſorum corporibus excitatur. Atque is omnium exercitationum communis eſſectus eſt; proprius tamen earum effectus non eſt, ſi modo et iratis, et perturbatis, et pudore affectis naturalis etiam calor augetur: quanquam ira non ſimpliciter augmentum, ſed veluti fervor eſt caloris in corde. Itaque etiam eſſentiam ejus vel probatiſſimi philoſophorum talem eſſe affirmant: quippe accidens quoddam irae eſt, non ejus ſubſtantia, ultionis appetentia. Verecundis autem augetur inſitus calor, dum primum intro ſe recipit univerſus: deinde poſtquam in alto corporis eſt collectus, et ex ipſo inibi congeſtu, et ex aſſiduo motu incrementum capit. Non enim quieſcit pudore affectorum ſpiritus, ſed tum ab interno, tum circa ſe una cum toto ſanguine varie circumagitur, ita

ὥσπερ καὶ τὸ τῶν ἀγωνιώντων. εἰρήσεται δ᾽ ἐπὶ πλέον ὑπὲρ τῶν τοιούτων ἁπάντων παθῶν τῆς ψυχῆς ἐπὶ προήκοντι τῷ λόγῳ. νυνὶ μὲν γὰρ διὰ τὸ κοινὸν ἕπεσθαι σύμπτωμα τούτοις τε τοῖς πάθεσι καὶ τοῖς γυμνασίοις ἠναγκάσθην αὐτῶν μνημονεῦσαι, δεικνὺς, ὡς ἁπάντων κοινὸν γυμνασίων ἐστὶν ἡ τῆς ἐμφύτου θερμότητος αὔξησις ἔνδοθέν τε καὶ ἐξ αὐτῆς, οὐ μὴν ὅτι γε μόνοις ὑπάρχει τοῦτο γυμνασίοις, [85] ἀλλὰ καὶ τοῖς εἰρημένοις ἄρτι πάθεσιν. ἤδη δ᾽ ἐπὶ τὰ καθ᾽ ἕκαστα τῶν γυμνασίων ἴδια τὸν λόγον ἄγειν καιρὸς, ἐπισημηνάμενόν γε πρότερον, ὡς καὶ κατὰ ταῦτα πλείους εἰσὶν αἱ διαφοραί. τὰ μὲν γὰρ ἄλλοτε ἄλλο τι μέρος, ἕτερον ἑτέρου μᾶλλον γυμνάζει, καὶ τὰ μὲν ἐλιννυόντων γίγνεται, τὰ δὲ ὀξύτατα κινουμένων, καὶ τὰ μὲν εὐτόνως, τὰ δὲ ἀτόνως, καὶ πρὸς τούτοις γ᾽ ἔτι τὰ μὲν σφοδρῶς, τὰ δὲ ἀμυδρῶς. εὔτονον μὲν γυμνάσιον ὀνομάζω τὸ βιαίως ἄνευ τάχους διαπονοῦν, σφοδρὸν δὲ τὸ βιαίως τε καὶ σὺν τάχει· βιαίως δὲ ἢ ῥωμαλέως

plane, ut spiritus eorum, qui perturbantur. Dicetur autem in progressu latius de omnibus ejusmodi animi affectibus. Nunc enim propterea, quod commune symptoma tum hos ipsos affectus, tum exercitationes excipit, dum omnis exercitii commune esse nativi caloris incrementum ostenderem, idque de interno et a se, non tamen solis exercitationibus inesse, sed pariter dictis modo affectibus, coactus sum obiter et de his meminisse. Jam singulas exercitationum proprietates seorsum persequi tempestivum videtur, illo praesertim prius significato, quod in his quoque complures differentiae inveniantur. Quippe interim aliam partem aliud alio magis exercitium fatigat. Et quaedam lente motis fiunt, quaedam ocissime agitatis; et quaedam robuste adhibitis, quaedam infirme; ad haec quaedam vehementer, quaedam languide. Ac quod violenter quidem sine velocitate exercetur, valens exercitium voco; quod violenter et cum celeritate conficietur, vehemens; violenter autem robusteve dicere nihil referat.

λέγειν οὐ διοίσει. τὸ μὲν οὖν σκάπτειν εὔτονόν τε καὶ ῥωμαλέον ἐστὶν, οὕτω δὲ καὶ τὸ τέτταρας ἵππους ἅμα κατέχειν ἡνίαις εὔτονον μὲν ἱκα(241)νῶς γυμνάσιον, οὐ μὴν ὠκύ γε. κατὰ δὲ τὸν αὐτὸν τρόπον, εἴ τις ἀράμενος ὁτιοῦν μέγιστον φορτίον ἢ μένοι κατὰ χώραν, ἢ προβαίνοι σμικρὰ, καὶ οἱ ἀνάντεις περίπατοι, τούτου τοῦ γένους εἰσίν. ἀναφέρεται γοῦν καὶ ἀναβαστάζεται κατ᾽ αὐτοὺς ὑπὸ τῶν πρώτων κινουμένων ὀργάνων ἅπαντα τὰ λοιπὰ μόρια τοῦ σώματος, ὥσπερ τι φορτίον, οὕτω δὲ καὶ ὅς τις ἀναῤῥιχᾶται διὰ σχοινίου, καθάπερ ἐν παλαίστρᾳ γυμνάζουσι τοὺς παῖδας, εἰς εὐτονίαν παρασκευάζοντες. ὡσαύτως δὲ καὶ ὅς τις ἢ σχοινίου λαβόμενος ἤ τινος ὑψηλοῦ ξύλου μέχρι πλείστου κατέχει κρεμάμενος ἐξ αὐτοῦ, ῥωμαλέον μέν τι καὶ ἰσχυρὸν γυμνάζεται γυμνάσιον, οὐ μὴν ὠκύ γε, καὶ ὅς τις προτείνας ἢ ἀνατείνας τὼ χεῖρε πὺξ ἔχων ἀτρεμίζει μέχρι πλείστου. εἰ δὲ καὶ παραστήσας τινὰ κελεύει καθέλκειν κάτω τὼ χεῖρε, μὴ ἐνδιδοὺς αὐτὸς, ἔτι δὴ μᾶλλον οὗτος εἰς εὐρωστίαν παρασκευάζει τούς τε μῦς καὶ τὰ νεῦρα·

Eodem ergo modo fodere valens robuſtaque exercitatio eſt. Sic et ſiquis quatuor ſimul equos habenis coërceat, impenſe robuſta exercitatio eſt, non tamen celeris; ſimili modo, ſiquis, maximo onere ſublato, aut eodem loco maneat, aut paululum procedat. Jam ardua obambulatio hujus quoque generis eſt. Attolluntur enim per ſe et veluti onus ſuſtinentur a primis quae moventur inſtrumentis reliqua corporis membra univerſa. Praeterea ſiquis per funem manibus apprehenſum ſcandat, ſicuti in palaeſtra pueros exercent, qui eos ad robur praeparant. Quin etiam ſi quis, fune arrepto, aut etiam pertica, ſublimis ex ea pendeat, ac diu teneat, robuſtum is validumque laborem exercet, citra tamen celeritatem. Ita vero et ſi quis manibus in pugnum reductis, iisdem prolatis, vel in altum ſublatis, diutiſſime eodem habitu conſiſtat. Quod ſi adhibitum quempiam deducere ſibi manus jubeat, nec tamen ipſe remittat, adhuc ſane impenſius hic tum muſculos omnes, tum nervos ad robur comparat, ut quo-

τούτων γὰρ ἴδια τὰ τοιαῦτα μάλιστα ἅπαντα γυμνάσια· πολὺ δὲ δὴ μᾶλλον, εἴ τι βάρος ταῖς χερσὶν ἄκραις περιλαβὼν ἑκατέραις καταμόνας, οἷοί περ οἱ κατὰ παλαίστραν εἰσὶν ἁλτῆρες, ἀτρέμας ἔχει προτείνας ἢ ἀνατείνας αὐτάς. εἰ δὲ δὴ καὶ κελεύσειάς τινι καθέλκειν τε καὶ κάμπτειν βιαίως, αὐτὸν ἀκίνητόν τε καὶ ἄκαμπτον, οὐ ταῖς χερσὶ μόνον, ἀλλὰ καὶ τοῖς σκέλεσι καὶ τῇ ῥάχει διαφυλάττων, οὐ σμικρὸν γυμνάσεται γυμνάσιον εἰς εὐτονίαν ὀργάνων. οὕτω τοι λόγος ἔχει κἀκεῖνον τὸν Μίλωνα γυμνάζειν ἑαυτὸν, ἐνίοτε μὲν ἀποσαλεῦσαί τε καὶ μετακινῆσαι τῆς ἕδρας ἐπιτρέποντα τῷ βουλομένῳ, (ἀλλὰ τοῦτο μὲν σκελῶν ἂν εἴη μάλιστα γυμνάσιον,) ἐνίοτε δὲ, εἰ τὰς χεῖρας γυμνάζειν βούλοιτο, τὴν πυγμὴν διαλύειν κελεύοντα· αὖθις δ᾽ ἂν, ὥς φασιν, ἐν ταῖς χερσὶν ἔχων ἢ ῥοιὰν, ἤ τι τοιοῦτον ἕτερον, ἀφαιρεῖσθαι τῷ βουλομένῳ παρεῖχε. ταυτὶ μὲν οὖν τὰ γυμνάσια μεγίστης ἰσχύος ἐπίδειξίν τε ἅμα καὶ ἄσκησιν ἔχει. τόνον δὲ μορίων γυμνάζει τε καὶ ῥώννυσι, κἂν εἰ δὰν, ἤτοι διαλαβὼν ἕτερόν τινα μέσον, ἢ δια-

rum maximo propria funt omnia id genus exercitia. Idque multo certe magis fiet, fi quis fummis manibus, utraque feorfum, apprehenfo pondere (cujusmodi funt, qui in palaeftra halteres dicuntur), porrectis his, aut in fublime erectis, eodem habitu perfiftat. Jam fi etiam cuipiam jufferis, ut te violenter detrahat inflectatque, dum ipfe non manibus modo, verum etiam cruribus fpinaque conftans inflexusque refiftas, non levem ad membrorum robur exercitationem obieris. Sane hoc genere Milonem ipfum exercitaffe fe ferunt, dum alias convellere fe movereque de loco volenti permitteret; verum haec crurum maxime exercitatio fuerit; alias utique, fi manus exercitandas curabat, pugnum aperire juberet. Idem (ut ajunt) malum punicum aut tale quippiam manibus complexus auferendum cuivis praebebat. Haec igitur exercitia maximi roboris tum oftentationem, tum exercitationem continent. Robur autem partium tum exercet, tum vero firmat, et fi quis alterum complexus medium, aut etiam

ληφθεὶς αὐτὸς, ἐπηλλαγμένων πρὸς ἀλλήλας τῶν χειρῶν τε καὶ τῶν δακτύλων, ἤτοι τῷ κρατουμένῳ προστάξειε διαλύειν, ἢ αὐτὸς λύοι τοῦ κρατοῦντος· οὕτω δὲ κἄπειδὰν, ἑτέρου προσνεύσαντος, ἐκ πλαγίων αὐτῷ προσελθὼν, ἐν κύκλῳ τοῖς λαγόσι περιβαλὼν τὰς χεῖρας, ὥσπερ τι φορτίον ἀράμενος ἀναφέροι τε ἅμα καὶ προφέροι τὸν ἀρθέντα, καὶ μᾶλλον εἰ ἐπινεύοι τε καὶ ἀνανεύοι βαστάζων· ᾧδε γὰρ ἂν ἀκριβῶς τις ἅπασαν τὴν ῥάχιν εἰς ῥώμην παρασκευάσειεν. οὕτω δὲ καὶ ὅσοι τὰ στέρνα πρὸς ἀλλήλοις ἀπερεισάμενοι βιαίως ὠθοῦσιν εἰς τοὐπίσω, καὶ ὅσοι τῶν αὐχένων ἐκκρεμάμενοι κατασπῶσιν, εἰς εὐτονίαν παρασκευάζουσιν. [86] ἀλλὰ τὰ μὲν τοιαῦτα καὶ χωρὶς παλαίστρας ἢ βαθείας κόνεως δύναται γίγνεσθαι καθ' ὁτιοῦν χωρίον ἐπίκροτον, ὀρθῶν καὶ ἑστώτων· ὅσα δὲ παλαίοντες εἰς ἀλλήλους δρῶσιν ἀσκοῦντες τὸν τόνον, ἤτοι κόνεως βαθείας, ἢ παλαίστρας δεῖται. ἔστι δὲ τὰ τοιαῦτα τοιάδε· περιπλέξαντες τοῖς ἑαυτῶν δυοῖν σκέλεσι τὸ ἕτερον σκέλος τοῦ προσπαλαίοντος, ἔπειθ' ἅψαντες πρὸς ἀλλήλας τὼ χεῖρε,

ipfe medio comprehenfus, manibus digitisque pectinatim junctis, aut quem complectitur abfolvere fe jubeat, aut ipfe fe a complectente folvat. Ita etiam et quis alterum, qui verfus ipfum fe inclinet, a latere aggreffus, ilia manibus complexus, ceu onus atiquod fublatum invicem protendat reducatque; ac magis, fi, dum geftat, ipfe nutu renutuque corporis utatur; fic namque fpinam univerfam ad robur comparaverit. Aeque vero, qui pectoribus ex adverfo innixi magno fe conatu invicem retrudunt. Etiam qui a cervicibus pendentes deorfum trahunt, ad robur praeparant. Caeterum talia omnia exerceri citra palaeftram aut copiofum pulverem queunt, quocunque conculcato loco, erectis ac ftantibus. Quae vero luctantes inter fe moliuntur, quum robori augendo ftudent, haec aut pulverem altum, aut palaeftram defiderant. Ea funt ejusmodi. Quum uterque luctantium ambobus cruribus alterum alterius crus complectitur, deinde ma-

τὴν μὲν ἐπὶ τὸν αὐχένα βιαίως ἐρείδειν, ἢ τις ἂν ᾖ κατ' εὐθὺ τοῦ κατειλημμένου σκέλους, τὴν δ' ἑτέραν ἐπὶ τὸν βραχίονα. δύναιτο δ' ἂν καὶ περὶ τὴν κεφαλὴν ἄκραν τὸ ἅμμα περιθεὶς ἀνακλᾷν εἰς τοὐπίσω βιαζόμενος. τὰ τοιαῦτα γὰρ παλαίσματα πρὸς εὐτονίαν ἑκάτερον τῶν παλαιόντων ἀσκεῖ, καθάπερ γε καὶ ὅσα ζώσαντος τοῖς σκέλεσι θατέρου τὸ ἕτερον ἢ κατ' ἀμφοῖν ἄμφω καθέντος γίνεται, καὶ γὰρ καὶ ταῦτ' ἀμφότερα εἰς ῥώμην παρασκευάζει. μυρία δὲ τοιαῦτα ἕτερα κατὰ παλαίστραν ἐστὶν εὔτονα γυμνάσια, περὶ ὧν ἁπάντων τὴν ἐμπειρίαν τε ἅμα καὶ τριβὴν ὁ παιδοτρίβης ἔχει, ἕτερος δέ τις ὢν ὧδε τοῦ γυμναστοῦ, καθάπερ ὁ μάγειρος τοῦ ἰατροῦ. καί πως ἔοικεν αὖ καὶ τοῦθ' ἡμῖν ἥκειν εἰς σκέμμα· περὶ οὗ λέλεκται μὲν ἤδη καὶ κατ' ἐκεῖνο τὸ βιβλίον, ὃ Θρασύβουλον ἐπιγράφομεν, εἰρήσεται δὲ καὶ νῦν ὅσον αὐταρκες εἰς τὸν παρόντα, πρότερόν γε διελθόντων ἡμῶν τὰς διαφορὰς τῶν γυμνασίων. ὅσα μὲν οὖν εὔτονα, καὶ δὴ λέλεκται.

nibus inter se collatis, altera cervici violenter incumbat, utique quae e regione impediti cruris est, altera brachio. Licebit et circa summum caput manu altera tanquam funiculo injecta violenter retrorsum reclinare ac revellere. Ejusmodi lucta utriusque luctatoris robur exercet; quemadmodum et ea, quae altero alterum cruribus cingente vel ambo per ambo mittente fiunt; nam haec quoque utrumque ad robur praeparant. Infinitae aliae ejusmodi robustae exercitationes in palaestra sunt. Quarum nimirum omnium peritiam usumque paedotriba callet; ipse sane sic a gymnasta diversus, ut a medico coquus; quod ipsum quoque venit considerandum. At dictum quidem jam de hoc est in eo libro, qui Thrasybulus inscribitur: caeterum dicemus et nunc quod satis ad praesentem sit disputationem, verum si prius exercitationum varietates absolvero; quarum quae robustae, jam dictae sunt.

Κεφ. ι'. Μεταβαίνειν δὲ καιρὸς ἐπὶ τὰ ταχέα χωρὶς εὐτονίας καὶ βίας. δρόμοι δ' εἰσὶ ταῦτα, καὶ σκιομαχίαι, καὶ ἀκροχειρισμοὶ, καὶ τὸ διὰ τοῦ κωρύκου τε καὶ τῆς σμικρᾶς σφαίρας γυμνάσιον, ὅταν ἐκ διεστώτων τε καὶ διαθεόντων γίγνηται. τοιοῦτον δέ τι καὶ τὸ ἐκπλεθρίζειν, καὶ τὸ πιτυλίζειν. τὸ δὲ ἐκπλεθρίζειν ἐστὶν, ἐπειδάν τις ἐν πλέθρῳ πρόσω τε ἅμα καὶ ὀπίσω διαθέων ἐν μέρει πολλάκις ἐφ' ἑκάτερα χωρὶς καμπῆς ἀφαιρῇ τοῦ μήκους ἑκάστοτε βραχὺ, καὶ τελευτῶν εἰς ἓν καταστῇ βῆμα· τὸ δὲ πιτυλίζειν, ἐπειδὰν ἐπ' ἄκρων τῶν ποδῶν βεβηκὼς, ἀνατείνας τὼ χεῖρε, κινῇ τάχιστα, τὴν μὲν ὀπίσω φέρων, τὴν δὲ πρόσω. μάλιστα δὲ τοίχῳ προσιστάμενοι γυμνάζονται τοῦτο τὸ γυμνάσιον, ἵν', εἰ καί ποτε σφάλλοιντο, προσαψάμενοι τοῦ τοίχου ῥᾳδίως ὀρθῶνται· καὶ οὕτω δὲ γυμναζομένων λανθάνει τε τὰ σφάλματα καὶ ἀσθενέστερον γίνεται τὸ γυμνάσιον. ὠκεῖαι δὲ κινήσεις εἰσὶν, οὐ μὴν βίαιοί γε, καὶ ὅσαι κατὰ παλαίστραν ἐπιτελοῦνται κυλινδουμένων ὀξέως

Cap. X. Supereſt, ut de iis dicamus, quae celeritate peraguntur, citraque robur et violentiam. Id genus ſunt curſus, et umbratilis armorum meditatio, et quum duo ſummis manibus concertant, tum quae per corycum et parvam pilam exercitatio fit, utique quum a diſtantibus et currentibus adminiſtratur. Ejus generis eſt et *ἐκπλεθρίζειν*, et *πιτυλίζειν*. Eſt autem *ἐκπλεθρίζειν*, quum in plethro, *id eſt, in ſexta parte ſtadii,* quis prorſum retrorſumque viciſſim, idque ſaepe, in utramque partem ſine flexu curſitans, unoquoque curſu breve quiddam de ſpatio demit, quoad in unico greſſu conſtiterit; *πιτυλίζειν* vero, ſiquis ſummis pedibus ingrediens, tenſas in ſublime manus, hanc antrorſum, illam retrorſum, celerrime moveat. Hoc vero exercitamento maxime ante parietem ſtantes uti ſolent, quo, ſi quando aberrent, facile pariete apprehenſo erigantur. Sed ſic exercitatorum, ut error magis latet, ita exercitium ipſum fit imbecillius. Celeres vero motus ſunt, citra tamen violentiam, et qui in palaeſtra eduntur, circumvolutis celeriter humi nobis,

καθ᾽ ἑτέρων τε καὶ καταμόνας. ἐγχωρεῖ δὲ καὶ ὀρθοὺς ἑνειλουμένους τε ἅμα καὶ μεταβάλλοντας ἐν τάχει τὸν πέλας ὀξὺ γυμνάσασθαι γυμνάσιον. ἐγχωρεῖ δὲ καὶ διὰ τῶν σκελῶν μόνων ὀρθὸν ἐφ᾽ ἑνὸς χωρίου γυμνάσασθαι γυμνάσιον ὀξὺ, πολλάκις μὲν εἰς τοὐπίσω μόνον ἀφαλλόμενον, ἔστιν ὅτε δὲ καὶ εἰς τοὔμπροσθεν ἀναφέροντα τῶν σκελῶν ἑκάτερον ἐν μέρει. καὶ μὲν δὴ καὶ διὰ τῶν χειρῶν ἔνεστιν ὀξὺ γυμνάσιον ὁμοιόῤῥοπον γυμνάσασθαι χωρὶς τοῦ κατέχειν ἁλτῆρας, ἐπισπεύδοντα τὰς κινήσεις αὐτῶν εἰς πυκνότητά τε ἅμα καὶ τάχος, εἴτε πὺξ ἐθέλοι τις, εἴτε χωρὶς πυγμῆς ἀναχθήσειεν ἁπλῶς. τοιοῦτον μὲν δὴ καὶ τὸ ταχὺ γυμνάσιόν ἐστιν, ἐν οἷς εἴπομεν εἴδεσιν ἀφωρισμένον. ἐπὶ δὲ τὸ σφοδρὸν ἰέναι καιρός. [87] ἔστι δ᾽, ὡς εἴρηται, τοῦτο σύνθετον ἐξ εὐτόνου τε καὶ ταχέος. ὅσα γὰρ εὔτονα τῶν γυμνασίων εἴρηται, τούτοις ἅπασιν ὡς σφοδροῖς ἄν τις χρῷτο, κινήσεις ταχείας προστιθείς. οὐχ ἥκιστα δὲ καὶ τὰ τοιαῦτα γυμνάσια σφοδρὰ, σκάψαι, καὶ δισκεῦσαι, καὶ κινῆσαι, καὶ πηδῆσαι συνεχῶς, ἄνευ τοῦ διαναπαύσασθαι.

vel folis, vel cum aliis. Licet autem et erectis, tum circumactis, ac velociter prope adftantem mutantibus, celerem exercitationem peragere. Poteft et folis cruribus, erectus, ac uno loco confiftens, celeriter exerceri, fubinde quidem retro tantum refiliens, interim vero in anteriora referens crurum utrumque viciffim. Quin et per manus exercitatione celeri tantumdem valente uti datur, idque citra ullos halteres utique, fi frequentiae celeritatique motus earum impenfe incumbas, five has in pugnum ductas, five explicatas mavis. Ac ejusmodi quidem celeris exercitatio eft, in quibus dixi fpeciebus comprehenfa. Reliquum eft, ut ad vehementem veniamus. Ea vero, ficuti praedictum jam eft, ex robufta celerique compofita eft, quando, quas robuftas diximus, iis omnibus ut vehementibus uti licet, motus modo celeritatem adjicias. Non in poftremis vero vehementes hae funt, fodere, difcum mittere, moveri, faltare, idque continuato fine in-

οὕτω δὲ καὶ τὸ ἀκοντίζειν ὁτιοῦν τῶν βαρέων βελῶν συνείροντα τὴν ἐνέργειαν, ἢ βαρέως ὅπλοις ἐσκεπασμένον ἐνεργεῖν ὀξέως. ἀμέλει καὶ οἱ γυμναζόμενοι διά τινος τῶν τοιούτων ἀναπαύονται κατὰ βραχύ. καί σοι ἡ κατὰ τὸ συνεχές τε καὶ διαλεῖπον γυμνάσιον ἤδη πως γινωσκέσθω διαφορά. τὰ γὰρ εἰρημένα νῦν δὴ πάντα διαλείποντες μᾶλλον εἰς χρείαν ἄγουσι, καὶ μάλισθ᾽ ὅσα πόνοι τινές εἰσι καὶ ἔργα, μὴ μόνον γυμνάσια, καθάπερ τὸ ἐρέσσειν τε καὶ σκάπτειν. ὅσα δ᾽ ἀσθενέστερα τῶν γυμνασίων ἐστὶν, ἄνευ τοῦ διαναπαύεσθαι γίνεται μᾶλλον, ὥσπερ δολιχός τε καὶ αἱ ὁδοιπορίαι.

Κεφ. ια'. Ταῦτ᾽ οὖν ἅπαντα γυμνασίων ἐστὶν εἴδη, τάς τε νῦν εἰρημένας ἔχοντα διαφορὰς, καὶ πρὸς τού(242)τοις ἔτι τὸ τὰ μὲν ὀσφὺν μᾶλλον, ἢ χεῖρας, ἢ σκέλη διαπονεῖν, τὰ δὲ τὴν ῥάχιν ὅλην, ἢ τὸν θώρακα μόνον, ἢ τὸν πνεύμονα μόνον. βάδισις μέν γε καὶ δρόμος ἴδια σκελῶν γυμνάσια, ἀκροχειρισμοὶ δὲ καὶ σκιομαχία ἴδια χειρῶν, ὀσφύος δὲ τὸ ἐπικύπτειν τε καὶ ἀνακύπτειν συνεχῶς,

termiſſione opere; ſimiliter grave quodvis telum jaculari, continuatis ſibi quam maxime jactibus, aut gravi armatura tectum celeriter agitari. Et qui aliquo quidem talium exercentur, intermittere paululum ſolent. Atque hoc loco inter aſſiduam interpolatamque exercitationem differentiam noſcas licet. Quas enim modo retulimus, univerſae parva mora interpoſita magis uſurpari ſolent, ac potiſſimum, quae labores operaque ſunt, nedum exercitia, ut foſſio et remigatio. Quae vero remiſſiores exercitationes ſunt, eae ſine interpoſita quiete magis ſiunt, veluti diu currere et iter facere.

Cap. XI. Haec igitur omnia exercitationum genera ſunt, quae et modo dictas differentias habent, et ſupra has, quod alia lumbos magis, quam brachia crurave, exercent, alia ſpinam totam, aut pulmonem tantum, aut thoracem tantum. Quippe ambulatio curſuſque crurum exercitationes ſunt, acrochiriſmi et ſciamachiae brachiorum ac manuum propria, lumborum autem aſſidue ſe

ἢ αἴροντά τι βάρος ἀπὸ τῆς γῆς, ἢ ἐν ταῖν χεροῖν βαστάζοντά τι διαπαντός. ἔνιοι μὲν καταθέντες ἁλτῆρας ἐν τῷ πρόσθεν διεστῶτας ἀλλήλων ὀργυιὰν, εἶτ᾽ ἐν μέσῳ στάντες αὐτῶν, ἀναιροῦνται προκύπτοντες, τῇ μὲν δεξιᾷ χειρὶ τὸν ἐν τοῖς ἀριστεροῖς, τῇ δὲ ἀριστερᾷ τὸν ἐν τοῖς δεξιοῖς, καὶ αὖθις ἑκάτερον εἰς τὴν οἰκείαν κατατίθενται χώραν, καὶ τοῦτο δρῶσιν ἐφεξῆς πολλάκις ἀτρεμίζοντες τῇ βάσει. τὰ δὲ πλάγια μέρη τῆς ῥάχεως ἡ κίνησις ἥδε διαπονεῖ μᾶλλον, ὥσπερ ἡ προειρημένη τὰ κατ᾽ εὐθύ. θώρακος δὲ καὶ πνεύμονος αἱ μέγισται τῶν ἀναπνοῶν οἰκεῖα γυμνάσια, καθάπερ καὶ αἱ μέγισται φωναὶ, πρὸς τοῖς εἰρημένοις ἁπάντων τῶν φωνητικῶν ὀργάνων. εἴρηται δ᾽ ὁ κατάλογος αὐτῶν ἐν τοῖς περὶ φωνῆς ὑπομνήμασι. ἐπεὶ δ᾽ ἐνταῦθα τοῦ λόγου γεγόναμεν, οὐ χεῖρον ὑπὲρ ἁπάντων διελθεῖν τοῦ ζώου τῶν μορίων, ὅσα τε κινήσεις τινὰς ἐναργεῖς ἔχει καὶ ὅσα βραχείας τε καὶ ἀμαυρὰς, καὶ τίνα μὲν ἐξ ἑαυτῶν κινεῖται, τίνα δὲ ὑφ᾽ ἑτέρων· ἡ γὰρ τοιαύτη διαίρεσις οὐ σμικρὰν εὐπορίαν παρέξει τῷ γυμναστῇ πρὸς τὸ κινεῖν

inclinare, ac rurfus revocare, idque aut pondus aliquod a terra tollentem, aut affidue manibus fuftinentem. Sunt et qui, depofitis ante fe halteribus, ulnae intervallo diftantibus, poftea medii ipfi ftantes inclinant fe atque attollunt, dextrâ quidem eum, qui ad finiftram jacet, finiftrâ, qui ad dextram, tum rurfum utrumque in fuum locum referunt; atque hoc identidem deinceps faciunt iisdem veftigiis infiftentes. Hic vero motus transverfas fpinae partes magis exercet, ficuti prior ille rectas. Thoracis vero et pulmonis maximae refpirationes propriae exercitationes funt. Maxime vero vox praeter jam dicta vocis quoque inftrumenta omnia permovet; quorum enumeratio in iis, quae de voce edidimus, habetur. Quoniam autem huc provecti fumus, non alienum fit de omnibus animalis partibus tradere, et quae motus evidentes, et quae exiguos et obfcuros obtineant; quae rurfus a fe moveantur, quaeque ab aliis. Quippe ejasmodi difcretio non parvam commoditatem gymnaftae afferet ad omnia

ἅπαντα τοῦ ζώου τὰ μόρια, ποτὲ μὲν ἐξ ἑαυτῶν τε καὶ κατὰ τὰς οἰκείας δυνάμεις, ἔστιν ὅτε δ' ὑφ' ἑτέρων τε καὶ δι' ἑτέρων. αἱ γὰρ κατὰ προαίρεσιν ἐνέργειαι πᾶσαι μυῶν τε καὶ νεύρων καὶ τενόντων ἴδιαι κινήσεις εἰσίν· εἰ δὲ καὶ σφοδρότεραι γίγνοιντο, τὰ μὲν εἰρημένα μόρια πρῶτά τε καὶ μάλιστα γυμνάζουσι, κατὰ δὲ τὸ συμβεβηκὸς καὶ τὰς ἀρτηρίας. ὀστᾶ δὲ καὶ φλέβες καὶ σάρκες καὶ σύνδεσμοι καὶ τὰ ἄλλα σύμπαντα τοῦ ζώου μόρια συγκινοῦνται τοῖς προειρημένοις. αἱ δ' ἄλλαι κινήσεις ἐν τοῖς τῶν ζώων σώμασιν, ὅσαι μὴ κατὰ κοινὴν προαίρεσιν, ἀλλ' ἤτοι φυσικαί τινες, ἢ κατὰ τὰ τῆς ψυχῆς γίγνονται πάθη, διτταὶ μέν εἰσι κατὰ γένος· αἱ μὲν ἕτεραι καρδίας καὶ ἀρτηριῶν, αἱ δὲ ἕτεραι φλεβῶν τε καὶ ἥπατος ἐνέργειαι, [88] πρῶτον μὲν τούτων καὶ μάλιστα, δεύτερον δὲ τῶν ἄλλων ἁπάντων μορίων, ἐπειδὴ πάντα τέτταρσι φυσικαῖς διοικεῖται δυνάμεσιν. ἡ μὲν δὴ τῶν ἀρτηριῶν τε καὶ τῆς καρδίας κίνησις οὐκ ἔστιν ὅτ' ἐκλείπει τὸ πάμπαν, ἐπιτείνεται μέντοι καὶ ἀνίεται κατὰ μέγεθος καὶ σμικρότητα καὶ τάχος καὶ βραδυτῆτα

animalis membra movenda, alias a fe et propria virtute, alias ab alio et per alienam. Quaecunque enim voluntate fufcipiuntur actiones, eae mufculorum nervorumque et tendonum propriae funt. Eaedem tamen, fi majore vi et celeritate fiant, primum quidem et maxime dictas jam partes, ex accidenti vero etiam arterias exercent; cum praedictis vero offa, venae, carnes, ligamenta et caeterae omnes animalis partes una moventur. Reliquorum vero motuum, qui in animalium corporibus nafcuntur, quicunque non communi voluntate fufcipiuntur, fed vel naturales funt, vel pro animi affectibus eduntur, duplices hi genere funt; alii enim cordis et arteriarum, alii venarum et jecinoris affectiones funt, atque horum quidem primum et maxime, fecundo loco reliquarum omnium partium; quandoquidem quatuor naturalibus facultatibus omnes gubernantur. Ac arteriarum quidem cordisque motus nunquam fane omnino intermittitur, caeterum magnitudine, parvitate, velocitate, tardi-

καὶ σφοδρότητα καὶ ἀμυδρότητα παρὰ πολλὰς αἰτίας, ἃς συμπάσας μὲν ἐν τῇ περὶ τῶν ἐν τοῖς σφυγμοῖς αἰτιῶν πραγματείᾳ διῆλθον, ἀρκεῖ δ᾽ ἐν τῷ παρόντι τὰ κεφάλαια μόνον αὐτῶν εἰπεῖν τὰ πρῶτα. μία μὲν οὖν αἰτία τῆς μεταβολῆς τῶν σφυγμῶν ἐστιν αὔξησίς τε καὶ μείωσις τῆς ἐμφύτου θερμότητος, ἑτέρα δὲ ἡ κατὰ τὴν ποσότητα τοῦ ψυχικοῦ πνεύματος ἀλλοίωσις, τρίτη δὲ ἡ κατὰ τὴν τῆς δυνάμεως εὐρωστίαν τε καὶ ἀῤῥωστίαν, τετάρτη δὲ ἡ κατὰ τὰ τῶν ὀργάνων πάθη. ἀλλὰ περὶ μὲν ταύτης οὐ νῦν διδάσκειν καιρός· ἤδη γὰρ νοσεῖν ἀνάγκη τὸ ζῶον ἐν τοῖς τοιούτοις πάθεσιν· αἱ δὲ ἄλλαι πᾶσαι τῶν σφυγμῶν ἀλλοιώσεις καὶ ἐν τοῖς ὑγιαίνουσι γίγνονται. παρὰ μὲν τὴν αὔξησίν τε καὶ μείωσιν τῆς ἐμφύτου θερμότητος ἥ τε παρὰ τὰς ὥρας καὶ τροφὰς καὶ πόματα καὶ λουτρὰ καὶ τρίψεις καὶ ὕπνους καὶ ἐγρηγόρσεις, ἔτι τε τὰ ψυχικὰ πάθη καὶ τὰς κατὰ προαίρεσιν ἐνεργείας· ἡ δὲ παρὰ τὴν τοῦ ψυχικοῦ πνεύματος ἀλλοίωσιν ἐν ταῖς τῶν καθ᾽ ὁρμὴν κινήσεων διαφοραῖς· ἡ δὲ παρὰ τὴν τῆς δυνάμεως εὐρωστίαν τε καὶ

tate, et vehementia et imbecillitate varie intenditur atque remittitur, idque multis ex cauſis, quas omnes in opere, quod De pulſuum cauſis conſcripſimus, percenſui; nunc ſumma tantum capita delibaſſe ſat erit. Una igitur mutandi pulſus cauſa eſt naturalis caloris auctio diminutioque. Altera cauſa eſt, quae ex animalis ſpiritus mutata quantitate ſpectatur. Tertia, quae ex firmitate infirmitateque virtutis accipitur. Quarta, quae ex inſtrumenti ipſius malo affectu aeſtimatur. Verum de hac disſerere non eſt hujus loci. Jam enim aegrotet animal neceſſe eſt in ejusmodi affectibus; quum reliquae omnes pulſus mutationes etiam in ſanis ſpectentur. Quae igitur ex aucto diminutoque naturali calore mutatio oritur, ea pro anni tempore, nutrimento, potu, balneo, frictione, ſomno et vigilia, itemque animi affectibus et actionibus voluntate ſuſceptis incidit. Quae vero ex animalis ſpiritus alteratione naſcitur, ea pro motus voluntarii differentiis variatur. Quae ex virium firmitate infirmitateque

ἀῤῥωστίαν ἐν ταῖς εὐκρασίαις τε καὶ δυσκρασίαις αὐτοῦ τοῦ σώματος τῆς τε καρδίας καὶ τῶν ἀρτηριῶν. αἱ δὲ τῶν φλεβῶν ἐνέργειαι σὺν καὶ τοῖς ἄλλοις ἅπασιν ὀργάνοις, ὅσα περὶ τὴν τῆς τροφῆς οἰκονομίαν ὑπὸ τῆς φύσεως ἐγένετο, κατὰ τὰς ἐδωδάς τε καὶ πόσεις, ἀναδόσεις τε καὶ πέψεις καὶ θρέψεις ἀλλοιοῦνται· μέρος δέ τι ταύταις ἐστὶν κἀν ταῖς ἀρτηρίαις. ὅσαι δὲ τῶν κινήσεων οὐκ εἰσὶν ἐνέργειαι, τριττὴ τούτων ἡ διαφορά· τινὲς μὲν γὰρ ἐξ ἑαυτῶν τοῖς ζώοις ἐγγίνονται, τινὲς δὲ ἔξωθεν προσέρχονται, τινὲς δὲ ὑπὸ φαρμάκων καταναγκάζονται. ἐξ ἑαυτῶν μὲν, ἃς ἔμπροσθεν εἶπον· ἔξωθεν δὲ κατὰ τοὺς πλοῦς, καὶ τὰς ἱππασίας, καὶ τὰς αἰωρήσεις, ὅσαι τ᾽ ἐκ τῶν ὀχημάτων γίγνονται, καὶ ὅσαι διὰ σκιμπόδων ἐκκρεμαμένων, ἢ λίκνων σειομένων, ἢ ἐν ταῖς τροφῶν ἀγκάλαις τοῖς βρέφεσιν. ἐκ δὲ τῶν ἔξωθεν κινήσεων εἴη ἂν καὶ ἡ ἀνάτριψις, εἴθ᾽ οὕτως τις αὐτὴν ὀνομάζειν ὁμοίως τοῖς παλαιοῖς, εἴτε καὶ χωρὶς τῆς ἀνὰ προσθέσεως ὡσαύτως τοῖς νεωτέροις βούλοιτο· διαφέρει γὰρ οὐδὲν εἰς τὰ παρόντα.

oritur, pro fubftantiae ipfius cordis et arteriarum bono contrariove temperamento contingit. Porro venarum opus una cum aliis inftrumentis univerfis, quaecunque natura ad alimenti difpenfationem excogitavit, pro cibo potuque, tum vero pro diftributionis in corpus et concoctionis et nutricationis ratione variatur. Hujus vero mutationis arteriae quoque participes funt. Qui vero motus actiones non funt, horum triplex diverfitas intelligitur. Alii namque animantibus ex fe ipfis infunt; alii extrinfecus adveniunt; alios medicamenta proritant. Et ex fe quidem animalibus infunt ii, quos ante memoravi. Extrinfecus vero accedunt, qui navigando, equitando, aut geftando, five vehiculo, five lectulo pendente, five cunis agitatis praeftantur, five per nutricum ulnas, ut infantibus: extrinfecus praeterea advenientium et frictio fit, five quis eam ita velit appellare, quemadmodum et antiqui, five proferat fine additione particulae *ἀνὰ*, quemadmodum et recentiores; nihil enim refert ad praefens inftitutum.

Ed. Chart. VI. [88.] Ed. Bas. IV. (242.)

ἔνιαι μέντοι κινήσεις εἰσὶ μικταὶ, καθάπερ καὶ αἱ ἱππασίαι. οὐ γὰρ, ὥσπερ ἐν τοῖς ὀχήμασι, καὶ μάλιστα ἐν οἷς κατακλίναντες ἀτρεμίζομεν, οὕτω κἀν τοῖς τῶν ἵππων ὀχήμασι συμπίπτει σείεσθαι μόνον ὑπὸ τοῦ φέροντος, ἐνεργοῦντα μηδὲν, ἀλλὰ τὴν ῥάχιν ὄρθιον ἀπευθύνειν χρὴ, καὶ τοῖς μηροῖς ἀμφοτέροις ἀκριβῶς ἔχεσθαι τῶν πλευρῶν τοῦ ἵππου, καὶ τετάσθαι τὰ σκέλη, καὶ προορᾶσθαι τὰ πρόσθεν· ἐν τούτῳ γὰρ καὶ ἡ ὄψις γυμνάζεται, καὶ ὁ τράχηλος πονεῖ. μάλιστα δ' ἐν τῷ τοιούτῳ γυμνασίῳ σείεται τὰ σπλάγχνα· σείεται μὴν οὐδὲν ἧττον τὰ σπλάγχνα καὶ τοῖς ἁλλομένοις, ἐν μέντοι ταῖς ἐπὶ τῶν ὀχημάτων αἰωρήσεσιν ἧττον. ὥστε, εἴ τις ἐθέλοι τὰ κάτω φρενῶν σπλάγχνα κινῆσαι βιαιότερον, ἐπί τε τοὺς εἰρημένους ἡκέτω πόνους καὶ πρὸς τούτοις ὅσα διὰ τῆς τῶν ἁμμάτων περιθέσεως τρίβουσι. χρὴ δ' ὄπισθεν εἶναι τὸν τρίβοντα, περιφέροντα τὼ χεῖρε ποτὲ μὲν ἐπ' ἀριστερὰ, ποτὲ δ' ἐπὶ δεξιὰ, συνεπικλινόμενα πρὸς ταῦτα καὶ τριβόμενα. συγκινοῦσι μέν πως τὰ κάτω τῶν φρενῶν σπλάγχνα

Nonnulli tamen motus mixti plane sunt, veluti equitatio. Non enim, ut in vehiculis, praesertim in quibus stratus quiescas, ita etiam cum equo insideas, accidit, ut a gestante tantum agitaris, ipse nihil agas; quin spinam erectam sustinere, tum utrisque femoribus equi costis firmiter haerere, et crura extendere oportet, etiam ante prospicere. In quo non modo visus exercetur, sed etiam collum laborat, praecipue tamen viscera hoc genere agitantur. Porro ea salientibus quoque aeque dimoventur, verum iis, qui vehiculo gestantur, non aeque. Quare si quis viscera, quae sub septo sunt, movere violentius velit, et praedictos labores adeat, et praeterea ad frictionem, quae per circumjectam fasciam administratur, accedat. Statuatur autem oportet is, qui fricat, a tergo; qui modo in dextram, modo in sinistram manus injiciat, simul inclinante in has ipsas partes ipso, qui fricatur. Sane concutiunt nonnihil ea quae sub septo viscera sunt

[89] καὶ αἱ μέγισται τῶν ἀναπνοῶν τε καὶ φωνῶν, ὥσπερ γε καὶ αἱ ἐκφυσήσεις αἵ τε καταμόνας γιγνόμεναι καὶ αἱ μετὰ καταλήψεως ἐν αὐλήσεσί τε καὶ φωναῖς, καὶ αὐτὴ δ᾽ ἡ κατάληψις τοῦ πνεύματος γυμνάσιόν ἐστιν οὐχ ἧττον τῶν κατ᾽ ἐπιγάστριον ἢ τῶν κατὰ θώρακα μυῶν. ἀλλὰ περὶ μὲν ταύτης αὖθις εἰρήσεται· πρὸς γὰρ ταῖς εἰρημέναις ἄρτι καὶ ἄλλην οὐ σμικρὰν χρείαν ἔχει, ἧς ἕνεκεν ἐπὶ τελευτῇ τῶν γυμνασίων αὐτὴν παραλαμβάνομεν. ἐπὶ δὲ τὸ προκείμενον ἐπανιτέον, ὡς πολλαὶ τῶν ἐγγινομένων κινήσεων τοῖς τοῦ ζώου μορίοις οὔτ᾽ ἐνέργειαι τῶν μορίων αὐτῶν εἰσιν, οὔτ᾽ ἐνεργείαις ἀκολουθοῦσιν, ἀλλ᾽ ὑφ᾽ ἑτέρων τε καὶ δι᾽ ἑτέρων ἀποτελοῦνται, ὡς ἐπὶ τῶν ὀχουμένων γίγνονται, καὶ πλεόντων, καὶ τριβομένων, καὶ καθαιρομένων ὑπὸ φαρμάκων ἐμετηρίων τε καὶ ὑπηλάτων. ἀλλ᾽ ἡ τοιαύτη κίνησις οὐκ ἔστι τῆς ὑγιεινῆς πραγματείας, αἱ δ᾽ ἄλλαι πᾶσαι, καὶ μάλιστα ἡ διὰ τρίψεως ἀναγκαιοτάτη γινώσκεσθαι τοῖς ὑγιεινοῖς. τῆς γὰρ τούτων τέχνης ἐστὶν

et maximae tum respirationes, tum voces; pari modo exsufflationes, et quae per se fiunt, et quae cum cohibito compressoque spiritu tum in tibiarum sono, tum voce adhibentur. Jam ipsa spiritus cohibitio exercitatio quaedam musculorum est, non minus certe eorum, qui in abdomine, quam qui in thorace sunt. Verum de hac post agetur, utpote quae supra alia, quae modo retulimus, commoda etiam alium usum non levem praestat, cujus nimirum causa ad finem exercitationem eam adhibemus. Verum ad propositum redeundum, nempe quod non pauci ex iis motibus, qui partibus animalium accedunt, nec partium ipsarum actiones sunt, nec earum actiones sequuntur, sed ab aliis et per alia perficiuntur: veluti in his, qui vehuntur, navigant, fricantur, et purgantur per medicamenta, tum vomitoria, tum alvum ducentia, fit. Verum ejusmodi motus hujus de tuenda sanitate artis non est. Reliqui omnes, et potissimum ii, qui ex frictione fiunt, imprimis necessarii cognitu hujus artis praesidi

ἁπασῶν τῶν κινήσεων ἐπίστασθαι τὰς δυνάμεις, ὥσπερ, οἶμαι, τῶν τεχνικῶν αὐτῶν ἁπάσας τὰς κατὰ μέρος· ἐκεῖνοι μὲν γὰρ τῆς κατὰ τὴν ὕλην ποικιλίας, ὁ γυμναστὴς δὲ τῆς δυνάμεως αὐτῶν ἔχει τὴν γνῶσιν. εἰ γοῦν τίς με κελεύσειεν ὁπλομαχικὰς κινήσεις ἢ ἕτερον διδάσκειν, ἢ αὐτὸν εὐρύθμως κινεῖσθαι, οὐκ ἂν δυναίμην καλῶς ἐνεργῆσαι μίαν (243) ἐξ αὐτῶν τὴν ἐπιτυχοῦσαν· εἰ μέντοι παρείην τινὶ τῶν ὁπλομαχικῶν ἐνεργοῦντι, καὶ τίνα δύναμιν ἑκάστη τῶν ἐνεργειῶν ἔχει, καὶ τί μάλιστα μόριον ἐκπονεῖ, πάντων ἂν ἐκείνων ἀκριβέστερον εἰδείην. μᾶλλον δ᾽, εἰ χρὴ τἀληθὲς εἰπεῖν, ὁ μὲν ὁπλομαχικὸς οὐδὲν ἂν εἴποι τῆς δυνάμεως αὐτῶν, ὁ δὲ τὴν περὶ τὰ γυμνάσια τέχνην ἐπιστάμενος ἀκριβῶς ἁπάσας διαγνώσεται, πρὸς ὡρισμένους σκοποὺς ἀναφέρων. ἢ γὰρ βίαιοί τινές εἰσι, καὶ βαρεῖαι, καὶ εὔτονοι, ἢ κοῦφαι, καὶ ταχεῖαι, καὶ σύντονοι, ἢ βίαιοί τε ἅμα καὶ ὀξεῖαι. ταῦτα οὖν γνωρίσεις ῥᾳδίως ἐν αὐτῷ τῷ θεάσασθαι γινόμενα, καὶ πρὸς τούτοις ἔτι, τίνες μὲν ἐνέργειαι σκέλη μᾶλλον, ἢ χεῖρας, ἢ θώρακα,

ſunt; quippe ad quem ſpectat omnium motuum vires noviſſe, ſicuti, reor, ad opifices ipſos ſpectat ſingulos particulares motus noſſe. Hi namque varietatem, quae in materia eſt, norunt, gymnaſtes virtutis ſingulorum ſcientiam habet. Etenim, ſi quis me jubeat, armorum meditationis motus vel alium doceam, vel ipſe concinne peragam, ſane unumquemlibet eorum obire commode nequeam. At ſi cui me hoplomachicorum, quum agit, adhibeas, non modo quam vim obtineat actionum quaelibet, ſed etiam quam maxime partem exercitet, omnibus illis certius norim. Imo vero (ſi verum ingenue fateri oportet) hoplomachicus nullus earum vim reddat. Qui exercitationum artem probe callet, is omnes noverit, ſingulas ad certos referens fines. Namque aut violentae quaedam ſunt graveſque ac robuſtae, aut leves, celeres et concitatae, aut pariter violentae et celeres. Has igitur obiter dum agi conſpicit, ſtatim viſas facile dignoſcit, atque hoc amplius, quaenam crura, brachia, vel thoracem

τίνες δ' ὀσφὺν, ἢ κεφαλὴν, ἢ ῥάχιν, ἢ γαστέρα, τίνες δ' ὁτιοῦν ἄλλο μέρος ὑπὲρ τἄλλα διαπονοῦσιν. ὁ μὲν γὰρ ὁπλομαχικὸς εὐρύθμως μὲν ἐνεργήσει κινήσεις ταχείας, εἰ οὕτως ἔτυχεν, εὐτόνους τε ἅμα καὶ βαρείας, οὐ μὴν ὅτι γε πυκνοῦσιν καὶ ἰσχναίνουσιν αἱ τοιαῦται κινήσεις οἶδεν, ὥσπερ οὐδ' ὅτι σαρκοῦσί τε καὶ ἀραιοῦσιν αἱ βραδύτεραι. κατὰ δὲ τὸν αὐτὸν τρόπον ἐνεργήσει μέν ποτε κινήσεις εὐτόνους τε ἅμα καὶ βραδείας καὶ βαρείας, οὐ μὴν ὅτι γε ῥώμην αὗται καὶ βάρος σώματος κατασκευάζουσιν οἶδεν. οὕτω δὲ καὶ ὁ ἡνίοχος ἐνεργήσει μὲν ἁπάσας τὰς κατὰ μέρος ἐνεργείας εὐρυθμότατά τε ἅμα καὶ τῇ χρείᾳ συμφορώτατα, ποῖαι δ' αὐτῶν ἤτοι λεπτύνουσιν, ἢ σαρκοῦσιν, ἢ ῥώμην ἢ συντονίαν ἀποτελοῦσιν, ἢ μαλακὸν, ἢ σκληρὸν, ἢ πυκνὸν, ἢ ἀραιὸν ἐργάζονται τὸ σῶμα, παντάπασιν ἀγνοεῖ. κατὰ δὲ τὸν αὐτὸν τρόπον ὁ σφαιριστικὸς ἁπάσας μὲν ἐπίσταται τὰς τῆς σφαίρας βολάς τε καὶ λήψεις, οὐ μὴν ἥντινά γε διάθεσιν ἑκάστη τῷ σώματι περιποιεῖ. οὕτω καὶ ὁ παιδοτρίβης ἁπασῶν μὲν τῶν κατὰ παλαίστραν ἐνεργειῶν ἐπιστήμων ἐστὶν, ὅ τι

actio exerceat, quae lumbos, caput, fpinam, vel ventrem, quae demum aliam quamvis partem egregie praeter caetera fatiget. Hoplomachicus enim apte numerofeque motus peraget celeres fortaffe, robuftos ac graves; caeterum quod denfent aut emacient ejusmodi motus, parum noverit; pari modo nec quod carnem augent et rarefaciunt motus tardi. Jam idem robufte fimul et tarde et graviter movebitur; nec tamen, quod iftiusmodi motibus corpori robur et gravitatem acquirit, intelligit. Aurigandi quoque peritus omnes motus particulares numerofe apteque et ad ufum commodiffime efficiet; fed qui horum corpus emacient, aut carne impleant, robuftum, vegetum, molle, durum, denfum rarumve efficiant, omnino ignorat. Ita et peritus pila ludendi omnem pilae jactum exceptumque callet; minime tamen, quem corpori affectum hi procreent, novit. Paedotriba quoque, quicquid in palaeftra motuum geritur, pernovit;

δὲ ἑκάστη πέφυκε δρᾷν, ἀγνοεῖ. καὶ συλλήβδην εἰπεῖν ἅπαντες ἄνθρωποι τεχνῖταί τε καὶ ἄτεχνοι, διὰ τῶν σωμάτων ἐνεργοῦντες, ἀγνοοῦσι τῶν ἐνεργειῶν τὰς δυνάμεις, ὀρχησταὶ, ναυτίλοι, τέκτονες, ἁλιεῖς, γεωργοὶ, χαλκεῖς, οἰκοδόμοι, σκυτοτόμοι, πάντες ἁπλῶς οἵ τι πράττοντες. [90] ἀλλ' ὁ γυμναστικὸς, ἀφ' ὧν εἶπον ὀλίγον ἔμπροσθεν ὁρμώμενος, εἰ καὶ νῦν πρῶτον εἴη θεώμενος ἡντιναοῦν ἐνέργειαν, οὐκ ἀγνοήσει τὴν δύναμιν αὐτῆς. οἷον αὐτίκα τῶν ὀρχηστῶν αἱ σύντονοι κινήσεις, ἐν αἷς ἅλλονται μέγιστα, καὶ περιδινοῦνται στρεφόμενοι τάχιστα, καὶ ὀκλάσαντες ἐξανίστανται, καὶ προσσύρουσι, καὶ διασχίζουσιν ἐπὶ πλεῖστον τὰ σκέλη, καὶ ἁπλῶς εἰπεῖν ἐν αἷς ὀξύτατα κινοῦνται, λεπτὸν καὶ μυῶδες καὶ σκληρὸν καὶ πυκνὸν ἔτι τε σύντονον ἀποτελοῦσι τὸ σῶμα. κατὰ δὲ τὰς ἐκλύτους τε καὶ βραδείας καὶ μαλακὰς κινήσεις οὐ μόνον οὐκ ἂν γένοιτο τὸ σῶμα τοιοῦτον, οἷον εἴρηται νῦν, ἀλλ' εἰ καὶ φύσει μυῶδές τε καὶ σύντονον ὑπάρχει, τὴν ἐναντίαν ἀμείψει διάθεσιν. ὅπερ οὖν ὀλίγον ἔμπροσθεν ἔλεγον, ὡς ὁ παιδοτρίβης

quid quisque motus efficere queat, ignorat. Et (ut femel dicam) omnes homines artifices juxta inertesque, quos corpore motus exercent, eorum ignorant vires, faltatores, nautae, fabri, pifeatores, agricolae, fabri ferrarii, aedificatores, futores, omnes denique, qui quidvis moliuntur. At gymnaftes ex iis, quae ante retuli, principiis cujusvis actionis, etiam ejus, quam nunc primum nec ante confpexit, vim tenebit. Veluti ftatim faltantium vegeti motus, in quibus nimirum quam maxime faliunt, ac celerrime circumacti vertuntur, et genu prius pofito mox emicant, et crura tum attrahunt, tum maxime divaricant, et fummatim, in quibus ocifſime moventur, gracile, mufculofum, durum, compactum, praeterea vegetum corpus reddunt: at remiffi, tardi et languidi motus non folum non ejusmodi corpus, quale nunc diximus, faciunt, fed contra, fi natura mufculofum et vegetum fit, diverfam omnino affectionem inducunt. Quod igitur paulo

ὑπηρέτης ἐστὶ τοῦ γυμναστοῦ τοιοῦτος, οἷός περ ὁ μάγειρος ἰατροῦ, τοῦτο καὶ νῦν ἐπιδέδεικται. σκευάζει γὰρ ὁ μάγειρος ἢ τεῦτλον ἢ φακῆν ἢ πτισάνην ἄλλοτε ἀλλοίως, οὔτε τὸ σκευαζόμενον ὁποῖόν τι τὴν δύναμίν ἐστιν ἐπιστάμενος, οὔθ᾽ ἥτις τῶν σκευασιῶν βελτίστη· ὁ δ᾽ ἰατρὸς οὐδὲν μὲν τούτων ὁμοίως τῷ μαγείρῳ παρασκευάσαι δυνατός ἐστιν, παντὸς δὲ τοῦ παρασκευασθέντος ἐπίσταται τὴν δύναμιν.

Κεφ. ιβ᾽. Ὁ τοίνυν γυμναστὴς τοῦ προκειμένου ἐν τῷ λόγῳ μειρακίου, τοῦ τὴν ἀρίστην ἔχοντος κατασκευὴν, ἐπίσταται μὲν ἁπάντων γυμνασίων τὰς δυνάμεις, ἐκλέγεται δὲ καθ᾽ ἕκαστον εἶδος τὰ σύμμετρά τε καὶ μέσα τῶν ἀμετριῶν ἑκατέρων. οὔτε γὰρ ὀξέος οὔτε βραδέος ἡ ἀρίστη κατασκευὴ τοῦ σώματος, ἀλλὰ τοῦ μέσου τε καὶ συμμέτρου δεῖται γυμνασίου· κατὰ δὲ τὸν αὐτὸν λόγον οὔτε βιαίου καὶ σφοδροῦ, οὔτ᾽ ἐκλύτου καὶ ἀμυδροῦ, ἀλλὰ κἀντεῦθεν τὸ σύμμετρον ἄριστον. οὐ γὰρ ὑπαλλάττειν προσήκει τὴν ἀρίστην κατασκευὴν τοῦ σώματος, ἀλλὰ φυλάττειν. εἴτ᾽ οὖν ἐν

ante diximus, paedotribam ita esse gymnastae ministrum, ut medici coquum, id nunc quoque ostensum est. Quippe coquus betam, lentem, aut ptisanam alias alia ratione praeparat; nec tamen, quod praeparavit, quam vim obtineat, intelligit, aut quaenam praeparandi ratio censenda sit optima. At medicus nihil horum ita, ut coquus, parare est potis; verum quicquid praeparatum sit, ejus vires probe callet.

Cap. XII. Ergo gymnastes propositi nobis adolescentis, utique qui optimum corporis statum est sortitus, omnium quidem exercitationum vires pernovit; deligit vero ex omni genere, quod moderatum mediumque inter utrumque excessum est. Nam neque celeris tardaeve exercitationis optimus status eget, sed plane mediocris ac mediae; nec rursus violentae et vehementis, nec remissae et languidae, imo in his quoque mediocre optimum est; quando non alterare, sed plane servare optimum corporis statum convenit. Sive igitur armis ejus-

ὅπλοις ἐθέλοι γυμνάζεσθαι τὸ τοιοῦτον μειράκιον, ὁ γυμναστὴς αὐτοῦ τὸν ἐμπειρότατον τῆς ὕλης τῶν ὁπλομαχικῶν ἐνεργειῶν παραλαβὼν, ἁπάσας αὐτῷ δειχθῆναι κελεύσει, κἄπειτ' αὐτὸς ἐκλέξεται, καὶ διακρινεῖ, καὶ προστάξει, κατὰ ποίας μὲν αὐτῶν ἐπὶ πλέον χρὴ γυμνάζεσθαι, κατὰ ποίας δ' ὀλιγάκις, ἢ συμμέτρως, ἢ οὐδ' ὅλως, ἢ διαπαντός. οὐ γὰρ δύναται λαθεῖν αὐτὸν, οὔθ' ὅ τι μόριον ἑκάστη διαπονεῖ μᾶλλον, οὔθ' ἥτις αὐτῆς ἐστιν ἡ ποιότης τε καὶ ἡ δύναμις. εἴτε διὰ σφαίρας ἐπιθυμήσειε γυμνάζεσθαι, κἀνταῦθα πάλιν ἐξευρήσει τό τε εἶδος τῶν ἐνεργειῶν καὶ τὴν ποιότητα καὶ τὸ μέτρον, ὑπηρέτην λαβὼν τὸν σφαιριστικὸν ὑπὲρ τοῦ τὴν ὕλην ἅπασαν θεάσασθαι τῶν ἐνεργειῶν. αὐτῆς μὲν γὰρ τῆς κατὰ μέρος ὕλης ἑκάστης τῶν τεχνῶν ἄπειρός ἐστιν ὁ γυμναστὴς, ᾗ γυμναστής ἐστιν· εἰ δὲ ἅπαξ αὐτὴν θεάσαιτο, τήν τε ποιότητα καὶ τὴν δύναμιν αὐτίκα γνωρίζει. μυρίους γοῦν ἡμεῖς ἀσθενέστερά τινα μέρη τοῦ σώματος ἔχοντας, ὡς συνεχέστατα τοῖς

modi adolefcens velit exerceri, ejus gymnaftes peritiffimum materiae hoplomachicarum actionum affumens, eum omnes fibi promere actiones jubebit; mox ipfe eliget ac difcernet, imperabitque, quibus earum faepe, quibus raro, quibus mediocriter, quibus aut nunquam, aut femper exercitari eum velit: quippe quem latere non poteft, quae quodque membrum exercitatio magis agitet, quaeve cujusque exercitationis qualitas facultasve fit. Si vero pila exerceri defideret, hic quoque rurfus tum fpeciem, tum qualitatem, tum modum actionis inveniet, eum pilae peritum miniftrum accipiens, a quo ille omnem ejus generis actionum materiam poffit videre. Nam ipfius propriae cujusque artis materiae gymnaftes, qua gymnaftes, omnino eft ignarus: verum, ubi femel infpexit, non folum qualitatem, fed etiam vim ejus protinus intelligit. Quamplurimos enim ipfi ex iis, quibus imbecilliores quaedam corporis partes erant, unde crebris in his urgeban-

κατὰ ταῦτα νοσήμασιν ἁλίσκεσθαι, διὰ μόνης γυμναστικῆς ἀνεῤῥώσαμεν, οὐκ ἀπαγαγόντες ἀπὸ τῶν οἰκείων γυμνασίων, ἀλλ᾿ εἴτ᾿ ὀρχηστικὸς ἦν ὁ ἄνθρωπος, εἴθ᾿ ὁπλομαχικὸς, εἴτε παγκρατιαστικὸς, εἴτε παλαιστρικὸς, εἴθ᾿ ὁτιοῦν ἄλλο, τὰς ἐν ἐκείνῃ τῇ τέχνῃ κινήσεις ἁπάσας αὐτὸν ἐπιτάξαντες ἡμῶν παρόντων κινηθῆναι, κᾆξ αὐτῶν ἐκλεξάμενοι τὰς ἐπιτηδειοτάτας ἅμα καιρῷ τε καὶ μέτρῳ. [91] περὶ μὲν δὴ τῶν τοιούτων ἐπανορθώσεων ἐπὶ προήκοντι τῷ λόγῳ διαλέξομαι κατ᾿ ἐκεῖνο τὸ μέρος τῆς πραγματείας, ἐν ᾧ περὶ τῶν μοχθηρῶν κατασκευῶν τοῦ σώματος διέξειμι. νυνὶ δὲ τὸ μὲν ἄριστον σῶμα πρόκειται φυλάττειν ἄριστον, ἐξ ἁπάντων δ᾿ ἐκλεκτέον αὐτῷ τὸ σύμμετρον, ἐκ τρίψεων, ἐκ γυμνασίων, ἐκ λουτρῶν, ἐκ τροφῶν, ἐξ ὕπνων, μήτε μαλακωτέραν αὐτοῦ τὴν ἕξιν τοῦ σώματος ἐργαζομένους, μήτε σκληροτέραν, (ἡ μὲν γὰρ εὐκίνητος ὑπὸ τῶν ἔξωθεν αἰτίων, ἡ δὲ τὴν αὔξησιν κωλύει,) μήτε πυκνοτέραν, ὡς ἴσχεσθαί τι τῶν κατὰ σάρκα περιττωμάτων, μήτε ἀραιοτέραν, ὡς ἀποῤῥεῖν τι καὶ τοῦ χρηστοῦ. κατὰ δὲ τὸν αὐτὸν

tur morbis; unius gymnafticae ope reftituimus, non abducentes a propriis exercitationibus, fed five quis faltator erat, five hoplomachicus, five pancratiaftes, five luctator, five alio quovis genere exercitatus, juffo eo nobis praefentibus artis fuae omnes motus promere, mox appofitiffimis una cum tempore et menfura delectis. Verum de correctione id genus procedente tractatu agemus, ea fcilicet operis parte, in qua de vitiofis corporum conftitutionibus difceptabitur. Nunc optime comparato corpori fuum ftatum tueri propofuimus. Porro huic ex omni genere mediocritas adhibenda eft, ex frictione, exercitatione, balneo, cibo, fomno, ita ut nec durior illi, nec mollior habitus corporis reddatur; quippe hic ab extrinfecus imminentibus facile offenditur, ille corporis inhibet auctum; praeterea nec denfior, ne videlicet in carne excrementorum aliquid haereat, nec rarior, ne, quod eft falubre, effluat. Simili modo, fi quidem optimo

τρόπον οὐδ' ἰσχνότερον ἑαυτοῦ ποιητέον οὐδὲ παχύτερον, εἴπερ ἄριστα διέκειτο, γινώσκοντας, ὡς τὸ μὲν ἰσχνότερον εὐεπηρέαστον ὑπὸ τῶν ἔξωθεν αἰτίων, τὸ δὲ παχύτερον ὑπὸ τῶν ἔνδοθεν ἐξ αὐτοῦ τοῦ σώματος ὁρμωμένων. ἢ τί δεῖ λέγειν, ὡς οὐδὲ θερμότερον αὐτὸ, ἢ ψυχρότερον, ἢ ξηρότερον, ἢ ὑγρότερον ἀποφαντέον, εἴπερ ἀμέμπτως ἐκέκρατο; εἷς οὖν ἐπὶ τοῦ τοιούτου σώματος ὁ σκοπὸς ἐν ἁπάσαις ταῖς ὑγιειναῖς ὕλαις τὸ σύμμετρόν τε καὶ μέτριον, ὅπερ ἀκριβῶς ἐστι μέσον ἑκατέρων τῶν ἀμετριῶν. ὡς δ' ἂν τις μάλιστα τοῦ σκοποῦ τυγχάνοι, λέλεκται μὲν ἤδη καὶ πρόσθεν, ἀλλ' οὐδὲν χεῖρον ὑπὲρ τῶν ἀναγκαιοτάτων ἀναμιμνήσκειν πολλάκις. ἡ μὲν γὰρ πρώτη τῶν ἡμερῶν πλατὺν ἔχει τὸν στοχασμὸν, ἡ δὲ δευτέρα, καὶ ἡ τρίτη, καὶ ἡ τετάρτη, καὶ τῶν λοιπῶν ἑκάστη κατὰ τὸ ἑξῆς ἀκριβέστερον. ἐν γὰρ τῇ πρώτῃ διὰ τῶν εἰρημένων σκοπῶν ἅπαντά σοι πραττέσθω. ἀποδυέσθω μὲν ἐπὶ πεπεμμένοις ἀκριβῶς τοῖς οὔροις, ὡς ὁ Αἰγίμιος ἐκέλευσεν.

habitu erat, nec folito gracilior, nec craffior, quum conftet, gracilitatem externis injuriis, craffitudinem iis, quae interne ab ipfo corpore proveniunt, effe obnoxiam. Pari modo neque calidius, frigidius, ficcius, vel humidius efficere ejusmodi corpus expedit, fiquidem inculpato temperamento erat. Unum igitur eft, quod in ita fe habente corpore eft fpectandum, nempe in omni tuendae fanitatis materia' quod conveniens medioereque eft. Porro id eft inter utrumque exceffum plane medium. Quemadmodum autem hujus maxime fis compos, fupra jam dictum eft. Caeterum de iis, quae maxime neceffaria funt, vel faepius meminiffe non fit profecto inutile. Prima ergo dies craffiorem conjecturam praebebit, fecunda vero, tertia, quarta et reliquarum quaelibet pro ratione magis exactam. Quippe in prima die omnia tibi pro dictis jam fcopis funt peragenda. Exuat fe, ficut Aegimius praecepit, ubi in lotio jam perfecta concoctio cernitur.

ἐφεξῆς δὲ τῆς μὲν ἀνατρίψεως ὁ σκοπὸς, ὡς μαλαχθῆναι τὰ μόρια· δηλώσει δὲ τό τε ἐπιτρέχον ἄνθος αὐτοῖς, καὶ τὸ ῥᾳδίως ἐπαλλάττειν τὰ κῶλα, καὶ τὸ πρὸς τὰς κινήσεις ἁπάσας ἑτοίμως ἔχειν. μετὰ ταῦτα δὲ ἤδη γυμναζέσθω, (244) μέχρις ἂν εἰς ὄγκον αἴρηται τὸ σῶμα, καὶ εὐανθὲς ὑπάρχῃ, καὶ αἱ κινήσεις ἕτοιμοί τε καὶ ὁμαλαὶ καὶ εὔρυθμοι γίγνωνται. ἐν τούτῳ δὲ καὶ ἱδρῶτα θεάσῃ θερμῷ ἀτμῷ συμμιγῆ. παύσασθαι δὲ τηνικαῦτα πρῶτον, ἐπειδὰν ἕν τι τῶν εἰρημένων ἀλλοιωθῇ. καὶ γὰρ εἰ φανείη σοι συστελλόμενος ὁ τοῦ σώματος ὄγκος, αὐτίκα παύειν τὸ μειράκιον· εἰ γὰρ ἐπὶ πλέον γυμνάζοις, ἐκκενώσεις τι καὶ τῶν χρηστῶν, ὥστ᾽ ἰσχνότερον ἀποδείξεις τὸ σῶμα, καὶ ξηρότερον, καὶ ἀναυξέστερον. ὡσαύτως δὲ καὶ εἰ τὸ τῆς χρόας εὐανθὲς μαραίνοιτο, παύεσθαι· καὶ γὰρ καταψύξεις τὸ σῶμα καὶ διαφορήσεις ἐπὶ πλέον, εἰ γυμνάζοις ἔτι. καὶ μὲν δὴ καὶ τὸ κινήσεων ἕτοιμον ἢ εὔρυθμον ἢ ὁμαλὲς ἐπειδὰν ἐνδιδόναι προφαίνηται, καὶ ὀκλάζειν κατά τι, παύειν

Mox frictionis ratio huc spectet, ut membra molliantur. Docebit id tum floridus color, qui in summa cute residebit, tum artuum flexibilitas habilitasque ad omnem motum. Post haec exercitetur, donec et corpus intumescat, et color illi floridus appareat, et motus prompte, aequaliter et concinne edat. Inter haec vero sudorem cum calido vapore mistum cernes. Inhibenda vero exercitatio tum primum est, quum aliquod horum fuerit mutatum. Quippe si contractior paulo corporis moles videbitur, illico quiescere debet adolescens; si enim amplius se exerceat, etiam boni succi nonnihil educetur, atque ita tum gracilius corpus fiet, tum aridius atque ad incrementum minus habile. Non minus profecto et si coloris gratia marcescat, cessandum est, quando, si ulterius exerceas, frigidum corpus efficies et nimium exhauries. Jam motuum alacritas, aequalitas, vel concinnitas si remitti quippiam collabique cernitur, utique statim desi-

αὐτίκα, καὶ εἰ περὶ τὸν ἱδρῶτα γίγνοιτό τις ἢ κατὰ τὸ πλῆθος ἢ κατὰ τὴν ποιότητα μεταβολή. πλέονα γὰρ ἀεὶ καὶ μᾶλλον αὐτὸν γίγνεσθαι χρὴ καὶ θερμότερον, εἰς ὅσον ἂν αἱ κινήσεις ἀνάγωνται πρὸς τὸ σφοδρότερον. ὅταν οὖν ἢ ἐλάττων ἢ ψυχρότερος γίγνηται, διαφορεῖται ἤδη τὸ σῶμα καὶ ψύχεται καὶ ξηραίνεται περαιτέρω τοῦ προσήκοντος. ἀκριβῶς οὖν προσέχειν τὸν νοῦν τῷ γυμναζομένῳ σώματι, καὶ διαπαύειν εὐθέως, ἐπειδὰν προφαίνηταί τι τῶν εἰρημένων σημείων, οὐ μὴν αὐτίκα γε ἀπολύειν λουσόμενον, ἀλλὰ τῆς μὲν ἀκμῆς τῶν γυμνασίων ἐπισχεῖν, καὶ στῆναι κελεῦσαι, καὶ εἰ βουληθείης κατοχῇ πνεύματος πληρῶσαι τὸν λαγόνα, περιχέοντα τοὔλαιον ἀποθεραπεύειν τοὐντεῦθεν. οἷον δέ τι πρᾶγμά ἐστιν ἡ ἀποθεραπεία, καὶ τίνες ἐν αὐτῇ σκοποὶ, καὶ τί τὸ μέτρον, ἐξ ὧν τε συμπληροῦνται κινήσεών τε καὶ τρίψεων, ἐν τῷ μετὰ ταῦτα λόγῳ δηλωθήσεται. νυνὶ μὲν γάρ μοι δοκῶ καταπαύειν ἤδη τὸν ἐνεστῶτα, [92] αὐτάρκες ἔχοντα μέτρον, ἐκεῖνο μόνον ἔτι προσθεὶς, ὡς καὶ τὸ λουτρὸν, τὸ ἀκριβῶς εὔκρατον, ἐπὶ

nere conveniet; itidem fi in fudore accidat ulla qualitatis ejus quantitatisve mutatio, quippe quem et copiofum magis, et magis calidum edi par eft, prout motibus vehementiae plus accefferit. Quum igitur is aut minor intelligitur, aut frigidior, tum fcias digeri exhauririque corpus, praeterea refrigerari ac ficcari plus jufto. Quo magis follicite attendendum exercitando corpori eft, ut, quum dictarum jam notarum quaelibet apparet, protinus ceffet. Nec tamen protinus lavatum ablegandum eft, fed fummam exercitationis intenfionem remittere fiftereque jubebitur. Quod fi ilia cohibendo anhelitu implere velis, perfundi oleo, atque apotherapia uti deinceps debebit. Porro ea cujusmodi res fit, fimul qui fint in ea fcopi, et quae menfura, praeterea quibus abfolvatur tum motibus, tum frictionibus, fequenti libro monftrabitur; praefentem enim, utpote fatis verborum habentem, jam commode videor finire, fi modo illud unum adjecero, lavacrum, quod omnino medio

τῆς προκειμένης ἡλικίας τε καὶ φύσεως ἐκλέγεσθαι προσήκει. πρόκειται δ', εἴ τι μεμνήμεθα, τρίτη τις ἑβδομὰς ἐτῶν ἀπὸ τῆς γενετῆς, τουτέστιν ἡ μετὰ τὸ τεσσαρεσκαιδέκατον ἔτος ἡλικία μέχρι τοῦ πρώτου καὶ εἰκοστοῦ, καθ' ἣν οὐδέπω κελεύω ψυχρολουτεῖν τὸ μειράκιον, ἵν' ἐπὶ πλεῖστον αὔξοιτο. τελειωθέντος δὲ κατὰ μέγεθος, ἐπισκεψόμεθά τι καὶ περὶ τῆς ψυχρολουσίας. ὡσαύτως δὲ καὶ περὶ τῶν ἐν κόνει γυμνασίων ἀκριβέστερον ἐπισκεψόμεθα κατὰ τὸν ἑξῆς λόγον. ἐν δέ γε τῷ παρόντι τοῦτο εἰπεῖν ἀρκέσει, τὸ μηδὲ κόνεως χρῄζειν τὸ μειράκιον, εἰ τὸν οἶκον, ἐν ᾧ γυμνάζεται, καθ' ὃν ἐν ἀρχῇ τρόπον ἐκέλευσα παρεσκευασμένον ἔχοι. εἰ δέ γε θερμότερος εἴη, καὶ κόνει χρηστέον. εἰ μὲν δὴ κονίσεται, πάντως λουστέον· εἰ δὲ μὴ κονίσαιτο, δυνατὸν καὶ μὴ λούσασθαι, καὶ μάλιστα χειμῶνος. ἐφεξῆς δὲ καὶ ὅσα περὶ τροφὴν, ἢ ποτὸν, ἢ ὕπνον, ἢ περίπατον ἐστοχάσθαι χρὴ τὸν ἐπιστάτην τοῦ μειρακίου, καὶ λεχθήσεται μὲν ἐν τοῖς ἑξῆς· ἀδύνατον δ' ἀκριβῶς ἐπιτυχεῖν αὐτῶν ἐν τῇ

temperamento ſit, ad propoſitam aetatem naturamque eſſe eligendum. Propoſitum namque eſt, ſi recte meminimus, tertium a nativitate ſeptennium, id eſt quod inter quartumdecimum ac unum et vigeſimum annum intervenit; quo utique frigida lavari adoleſcentem adhuc nolim, ne incremento ejus (cui plurimum eſt conſulendum) ſit in mora. Ubi vero juſtam magnitudinem impleverit, etiam de frigida lavatione aliquid diſpiciemus. Simili ratione et de exercitationibus, quae in pulvere obeuntur, exquiſitius in ſequenti ſermone agemus. In praeſenti illud noviſſe ſatis erit, ne pulvere quidem huic adoleſcenti opus eſſe, modo illi, in qua exercitabitur, domus ad eum modum, quem inter initia praecepimus, praeparata ſit. Verum ſi calidior ſit, tum pulvere utendum. At eo ſi utatur, omnino erit lavandum. Si non utetur, liceat et illotum dimittere, praeſertim hyeme. Poſt haec vero et quae ad cibum, potum, ſomnum ambulationemque pertinent, conjectanda huic ſunt, qui adoleſcenti praeficitur, et in ſequentibus a nobis dicentur. Verum fieri non

Ed. Chart. VI. [9.] Ed. Baf. IV. (244.)

πρώτῃ τῶν ἡμερῶν, ἀλλὰ κατὰ τὴν δευτέραν, ἐπὶ πόσοις γυμνασίοις ὅπως διητήθη γινώσκων, εἰ μὲν ἀκριβῶς φαίνοιτο διαφυλάττων τὴν ἑαυτοῦ φύσιν, ἐν τοῖς αὐτοῖς μέτροις διαιτήσει τε καὶ διαγυμνάσει, μὴ φυλάττοντα δὲ, καθότι ἂν ἐξίστηται τῶν ἀρχαίων, ἐπανάγειν πειράσεται μεταβάλλων τὰ μέτρα. καὶ τοῦτο οὐ παύσεται ποιῶν, ἄχρι περ ἂν ἐφ᾽ ἑκάστῳ τῶν πραττομένων ἀκριβῶς ὁρίσῃ τὸ μέτρον. ὁπόσαι δ᾽ εἰσὶ καὶ τίνες αἱ εἰς τὸ παρὰ φύσιν ἐκτροπαὶ, καὶ πῶς ἑκάστην χρὴ διαγινώσκειν τε καὶ θεραπεύειν, ὁ ἐφεξῆς λόγος ἐξηγήσεται.

poteft, ut modi horum primo faltem die ratio illi exacta conftet: fecundo, ubi exploratum habuerit, quomodo poft quot exercitationes nutritus adolefcens fit, fi proprium naturae habitum prorfus fervare viderit, eodem fervato modo tum nutriet adolefcentem, tum exercitabit. Sin autem non fervaverit, quacunque ratione a priftino habitu eft lapfus, reducere eum mutata menfura tentabit; atque hoc facere non defiiet, quoad in fingulis peragendis exactum modum definierit. Quot vero et qui fint praeter naturam lapfus, ac quemadmodum quemlibet tum agnofcere, tum reparare conveniat, in fequenti opere docebitur.

ΓΑΛΗΝΟΥ ΥΓΙΕΙΝΩΝ ΛΟΓΟΣ Γ.

Ed. Chart. VI. [93.] Ed. Baf. IV. (244.)

Κεφ. α'. Τῶν γραψάντων ὑγιεινὰς πραγματείας ἰατρῶν τε καὶ γυμναστῶν ἔνιοι μὲν ἅπασιν ἀνθρώποις κοινάς τινας ὑποθήκας ἐποιήσαντο, μηδὲν νοήσαντες ὅλως ὑπὲρ τῆς κατ' εἶδος ἐν τοῖς σώμασιν ἡμῶν διαφορᾶς· ἔνιοι δ', ὅτι μὲν οὐ μικρῷ τινι διαφέρομεν ἀλλήλων, ἐδήλωσαν, ἃς δ' ἀδύνατον ἁπάσας ἐπελθεῖν τὰς διαφορὰς ἑκόντες παρέλιπον· ὀλίγοι δέ τινες εἴδεσί τε καὶ γένεσιν ἐπιχειρήσαντες ἀφορίσασθαι, πλέονα διήμαρτον ὧν κατώρθωσαν. ἡμεῖς δὲ κατὰ τὸ πρῶτον εὐθέως βιβλίον ἐδηλώ-

GALENI DE SANITATE TVENDA LIBER TERTIVS.

Cap. I. Medicorum gymnaſtarumque qui de ſanitate tuenda ſcripſerunt, alii omnium hominum communia praecepta tradiderunt, nihil usquam cogitantes de corporum noſtrorum per ſpecies differentia. Aliis diſſidere inter ſe corpora noſtra non parvo diſcrimine placuit, eorum tamen doctrinas, ceu comprehendi plane univerſae nequeant, conſulto omiſerunt. Pauci omnino, qui per ſpecies et genera diſcernere ſunt aggreſſi, plura perperam quam recte ſcripſerunt. Nos primo ſtatim volumine,

σαμεν· ὁπόσα τὰ πάντα ἐστὶν εἴδη τῶν ἀνθρωπίνων σωμάτων, ἐπηγγειλάμεθά τε καθ᾽ ἕκαστον ἰδίᾳ γράφειν ὑποθήκας ὑγιεινάς. ἠρξάμεθα δ᾽ ἀπὸ τοῦ τὴν κατασκευὴν ἄμεμπτον ἔχοντος. ἐπεὶ δὲ καὶ ὁ τοιοῦτος ἄνθρωπος ἐν περιστάσεσι πραγμάτων ἐνίοτε γινόμενος ἢ ἑκὼν ἢ ἄκων ἐμποδίζεται κατὰ τὰ προστάγματα τῆς ὑγιεινῆς τέχνης διαιτᾶσθαι, κάλλιον ἔδοξεν ὑποθέσθαι πρῶτον αὐτὸν ἐλεύθερον ἀκριβῶς, αὐτῇ μόνον τῇ τοῦ σώματος ὑγείᾳ σχολάζοντα. ὅπως μὲν οὖν ἀνατρέφεσθαι χρὴ τὸν τοιοῦτον ἄνθρωπον, ὁ πρῶτος λόγος ἔδειξε, μέχρι τῆς τεσσαρεσκαιδεκαέτιδος ἡλικίας ἐκτείνας αὐτοῦ τὴν ἐπιμέλειαν· ὅπως δ᾽ ἀνδροῦσθαι, διὰ τοῦ δευτέρου γράμματος ἐδηλώσαμεν, ἐμηκύνθη δ᾽ ὁ λόγος εἰς κοινὰ κεφάλαια τῆς ὑγιεινῆς πραγματείας ἀφικόμενος, ὧν χωρὶς οὐχ οἷόν τ᾽ ἦν οὐδὲ περὶ τῆς ὑποκειμένης ἡλικίας τε καὶ φύσεως ἀκριβῶς διελθεῖν. ἁπάσας γὰρ [94] ἐξηριθμησάμεθα τάς τε τῶν τρίψεων καὶ τῶν γυμνασίων διαφοράς, οὐ μὰ Δία τὰς κατὰ μέρος, ὅτι μὴ πάρεργον ἕνεκα παραδείγματος εἰς χρείαν ἐλθούσας, ἀλλὰ

quot numero ſpecies humanorum corporum ſint, indicavimus, promiſimusque ſingulis propria tuendae ſanitatis praecepta ſeorſum tradituros. Exorſi autem ſumus ab eo, qui inculpatum corporis habitum haberet. Quoniam autem is homo negotiorum interdum occaſione vel ſponte vel invitus pro ſecundae valetudinis praeceptis vivere prohibetur, ſatius viſum eſt primum eum liberum ſuaeque plane ſpontis ac uni corporis valetudini vacantem proponere. Ac quemadmodum quidem educari ejusmodi hominem conveniat, primo libro docuimus, ad quartumdecimum usque annum curam ejus perſecuti; ſecundo, qua ratione ad virilem aetatem duci debeat, indicavimus; ubi longior ſermo incidit, poſtquam in communia ſalubris artis capita devenit, ſine quibus ne de propoſita quidem aetate naturaque exacte differere licebat. Omnes enim tum frictionis tum exercitationis differentias enumeravimus, non mehercle particulares, (niſi ſicubi has obiter exempli cauſa, non neceſſitatis, referre ex uſu fuit,) ſed

τὰς ἐν εἴδεσί τε καὶ γένεσιν ἀφωρισμένας· ἐν μὲν ταῖς τρίψεσι τὴν σκληρὰν, καὶ τὴν μαλακὴν, καὶ πρὸ τούτων γε τὴν σύμμετρον, ἥν τινα δύναμιν ἔχουσιν, ἐξηγησάμενοι, προσθέντες δ᾽ αὐταῖς τὰς κατὰ τὸ ποσὸν διαφορὰς, τρεῖς οὔσας καὶ αὐτὰς, εἶτα κατὰ συζυγίαν ἐννέα τὰς πάσας ἐπιδείξαντες, ἑκάστης τε τὴν δύναμιν εἰπόντες· ἐν δὲ τοῖς γυμνασίοις, τίνα μὲν ὀξέα τε καὶ ταχέα προσαγορεύομεν, τίνα δ᾽ ἀμβλέα τε καὶ βραδέα, καὶ τίνα τούτων μέσα τε καὶ πρῶτα κατά γε τὴν φύσιν ὑπάρχοντα, καὶ περὶ τῶν εὐτόνων, καὶ μαλακῶν, καὶ βαρέων δὲ καὶ κούφων ὁμοίως, ὅσα τε τούτων ἐστὶ τὰ μέσα διελθόντες ἐδείξαμεν, ὡς χρὴ τὴν ἀρίστην κατασκευὴν ἐν ἅπασι τοῖς μετρίοις τε καὶ συμμέτροις, ἃ δὴ καὶ μέσα τῶν ἀμέτρων ἐστὶ, διαιτᾶσθαι κατά τε τρίψεις, καὶ γυμνάσια, καὶ λουτρὰ, καὶ τροφὰς, ὅσα τ᾽ ἄλλα συμπληροῖ τὴν ὑγιεινὴν δίαιταν. ὑπεσχόμεθά τε, καθάπερ ἐπὶ τρίψεών τε καὶ γυμνασίων ἐποιήσαμεν, εἰς εἴδη τινὰ κοινὰ τὴν θεωρίαν ἀναγαγόντες, ὥστε εὐμνημόνευτόν τε ἅμα καὶ

quae genere ac fpecie funt diftinctae. Ergo in frictionibus quidem quam mollis duraque et ante has mediocris facultatem obtineant, interpretati fumus. Adjecimus et differentias, quae a quantitate fumuntur, quae et ipfae tres funt numero; mox quae ex conjugatione harum oriuntur, omnes in totum numero novem, etiam poteftate fingularum expofita. In exercitationibus vero enarratis quaenam acuta veloxque vocetur, quaenam hebes tardaque, ac quae harum mediae primaeque natura faltem fint, itemque quae valens ac mollis, praeterea gravis levisque, quaeque harum fint mediae, fimili modo tractatis, docuimus, optimum corporis ftatum per omnia, quae mediocria convenientiaque funt, quae eadem media plane exceffuum funt, agi debere, idque tum in frictione, tum exercitatione, tum balneo, tum alimento, omnibus denique, quae falubrem victus rationem complent, pollicitique fumus, ficuti de frictione exercitationeque fecimus, ubi in genera quaedam communia fpeculationem revocavimus, quo fimul recordatu facilis ac certa ratione viaque tradita

μεθοδικὴν εἶναι τὴν διδασκαλίαν, οὕτω κἀπὶ τῶν ἄλλων ἁπάντων ποιῆσαι· καὶ πρῶτόν γε περὶ τῆς καλουμένης ἀποθεραπείας, ἐπειδὴ ἔμπροσθεν ἐφεξῆς ἐτέτακτο, δηλώ-(245)σαντες γὰρ, εἰς ὅσον ἐπιτείνειν τε καὶ παραύξειν χρὴ τὰ γυμνάσια πρὸς τὸ τέλος, ὡς ἐν ὑγιείας λόγῳ, ἀκολουθεῖν ἔφαμεν αὐτοῖς τὴν καλουμένην ἀποθεραπείαν, ὑπὲρ ἧς ἤδη λέγωμεν.

Κεφ. β'. Ἓν μὲν καὶ πρῶτον, ὡς διττὴ κατὰ γένος ἐστί· ἡ μέν τις ὡς μέρος, ἡ δ' ὡς εἶδος γυμνασίου. περὶ δὴ τῆς ὡς εἶδος ἑξῆς ἐροῦμεν, περὶ δὲ τῆς ὡς μέρος ἤδη λέγωμεν. ἅπαντος γυμνασίου καλῶς ἐπιτελουμένου τὸ τελευταῖον μέρος ἀποθεραπεία καλεῖται· δύο δ' αὐτῆς οἱ σκοποὶ, κενῶσαί τε τὰ περιττώματα καὶ ἄκοπον φυλάξαι τὸ σῶμα. κοινὸς μὲν οὖν ὁ πρότερος σκοπὸς ὅλῳ τῷ γυμνασίῳ τῶν ἀθλητῶν τε καὶ τῶν ὁτιοῦν ἔργον ἀναγκαῖον ἐν τῷ βίῳ διαπραττομένων, οἷον ἤτοι σκαπτόντων. καὶ γὰρ κἀκείνου δύο τοὺς πάντας ἐλέγομεν εἶναι σκοπούς·

doctrina esset, ita et in reliquis omnibus facturos; ac primum quidem de ea, quam apotherapiam vocant, acturos, quandoquidem ea proximo loco tractanda in superioribus est proposita. Quippe ubi, quousque intendere augereque exercitationem oporteat, quod ad sanitatis rationem pertinet, praecepimus, finem quoque sequi debere diximus apotherapiam, de qua nunc agemus.

Cap. II. Est igitur unum quidem primum, quod ea genere duplex est; altera quidem exercitationis ceu pars, altera ejus ceu species. Ac de ea quidem, quae ceu species censetur, postea dicemus; de ea vero, quae ut pars habetur, nunc agendum. Omnis exercitationis probe peractae postrema pars apotherapia dicitur. Et duplici scopo suscipitur, et ut excrementa expurget, et ut corpus a lassitudine tutum reddat. Communis igitur prior scopus est omni exercitationi cum athletarum, tum eorum, qui opus aliquod vitae necessarium exercent, ut fodientium, quandoquidem ejus quoque duplex omnino scopus

Ed. Chart. VI. [94. 95.] Ed. Baf. IV. (245.)

ἐπιῤῥῶσαί τε τὰ στερεὰ μόρια τοῦ ζώου καὶ κενῶσαι τὰ περιττώματα. ὁ δ᾽ ἴδιος τῆς ἀποθεραπείας σκοπὸς ἐνστῆναί τε καὶ διακωλῦσαι τοὺς εἰωθότας ἐπιγίγνεσθαι τοῖς ἀμετροτέροις γυμνασίοις κόπους. ἐπὶ μὲν οὖν τῶν ἀθλητῶν, οἷον ἤτοι σκαπτόντων, ἢ ὁδοιπορούντων, ἢ ἐρεσσόντων, ἤ τι τοιοῦτον διαπραττομένων ὁτιοῦν ἔργον ἀναγκαῖον ἐν τῷ βίῳ, ἑτοιμότεροι οἱ κόποι συνίστανται, πλὴν εἴτις ἀποθεραπείᾳ χρῷτο· κατὰ δὲ τὸ προκείμενον ἐν τῷ νῦν λόγῳ σῶμα, τὸ κάλλιστα κατεσκευασμένον ἀπηλλαγμένον τε δουλείας ἁπάσης, ὡς μόνῃ σχολάζειν ὑγείᾳ, σπάνιος ἡ τοῦ κόπου γένεσις. ὥσπερ γὰρ οὐδ᾽ οἱ πλεῖστα πονοῦντες ἀθληταὶ κατ᾽ ἄλλο τι γυμνάσιον ἐφεδρεύοντα κόπον ἔχουσι, πλὴν τὸ καλούμενον ὑπ᾽ αὐτῶν τέλειον, οὕτως οὐδ᾽ οἱ βίον ἐλευθέριον ζῶντες ὑγείας μόνης ἕνεκα γυμναζόμενοι κοπιαθήσονταί ποτε διὰ τὸ μηδ᾽ εἰς ἀνάγκην ἀφικνεῖσθαι τοῦ τοιούτου γυμνασίου. τοῖς μὲν γὰρ ἀθληταῖς ἀναγκαῖόν ἐστιν, [95] ὡς ἂν παρασκευάζωσι τὰ σώματα πρὸς τοὺς ἐν τοῖς ἄθλοις πόνους, ἀμέτρους ἔσθ᾽ ὅτε καὶ δι᾽ ὅλης ἡμέρας γιγνομένους,

est, et ut folidas animalis partes firmet, et excrementa expurget. Proprius tamen apotherapiae fcopus eft, ut laffitudinem, quae fuccedere immodico exercitio folet, fummoveat atque prohibeat. Ac athletis quidem, ficut et iis, qui vel fodiunt, vel iter agunt, vel remigant, vel tale quippiam opus vitae neceffarium obeunt, praefto laffitudines adfunt, nifi apotherapia devitentur. Verum de quo hoc loco agimus, optime comparatum corpus, quod ab omni fervitute eft liberum, et uni fanitati vacat, raro laffitudine tentatur. Sicuti enim athletae, quos labor maximus exercet, nullo alio exercitandi genere obnoxii laffitudini funt, praeterquam eo, quod ab ipfis abfolutum dicitur, ita nec qui vitam degunt liberam, et qui tantum valetudinis tuendae gratia exercitantur, usquam laffabuntur, propterea quod hujusmodi exercitium adire nulla neceffitate cogantur. Athletis enim neceffe eft (quo videlicet ad immodicos in certaminibus labores, etiam totum diem aliquando continuatos, praeparato jam cor-

γυμνάζεσθαί ποτε τὸ τελεώτατον ἐκεῖνο γυμνάσιον, ὃ δὴ καὶ κατασκευὴν ὀνομάζουσι. τοῖς δ᾽ ὑγιείας μόνης ἕνεκα γυμναζομένοις οὔτ᾽ ἀναγκαῖον οὔτε χρήσιμον ὅλως ἐστὶν εἰς ὑπερβάλλοντας ἄγεσθαι πόνους, ὥστ᾽ οὐδεὶς φόβος ἁλῶναι κόποις. ἀλλ᾽ ὅμως ἀποθεραπεύειν αὐτῶν χρὴ τὰ σώματα, κἂν εἰ μὴ διὰ κόπου προσδοκίαν, ἀλλά τοι τοῦ κενῶσαι ἕνεκα τὰ περιττώματα. προσγίνεται δ᾽ ἐξ ἐπιμέτρου τῷδε καὶ ἡ πρὸς τὸν κόπον ἀσφάλεια. εἰ γὰρ καὶ ὅτι μάλιστα τὸ μέτρον αὐτοῖς τῶν γυμνασίων ἄκοπόν ἐστιν, καὶ ὁ τῆς ἐνεργείας τρόπος ἀβίαστος, ἐνδέχεταί ποτε λαθεῖν τὸν γυμναστὴν ἐν ἑκατέρῳ τι σμικρὸν, ὃ παροφθὲν ἐργάζεταί τινα, καὶ εἰ μὴ μέγαν, ἀλλὰ βραχύν γε τῷ γυμναζομένῳ τὸν κόπον. οὐ μὴν προσήκει τὸν ἑαυτῷ ζῶντα καὶ μόνῃ σχολάζοντα τῇ τοῦ σώματος ὑγείᾳ βλάπτεσθαί ποτε οὐδὲ τὸ σμικρότατον. ἀσφαλέστατον οὖν ἀποθεραπείᾳ χρῆσθαι διαπαντός. ὁποίαν δέ τινα ποιητέον αὐτὴν, ἡ τῶν σκοπῶν φύσις ἐνδείξεται. ἐπειδὴ γὰρ πρόκειται τῶν ἐν τοῖς στερεοῖς

pore ſint) abſolutiſſimum illud exercitium (ipſi *κατασκευὴν* vocant) aliquando obeant. Verum qui tantum tuendae bonae valetudinis cauſa exercitantur, iis nec neceſſum, nec utile plane eſt immodicos labores adire; itaque his nullus inſtat laſſitudinis metus. Nihilo ſecius tamen iidem apotherapia utuntur, etſi nullo laſſitudinis timore, at certe excrementorum purgandi cauſa: cui inſuper etiam laſſitudinis ſecuritas accedit. Nam et ipſe exercitationis modus his eſt a laſſitudine quam maxime alienus, actionisque omnis ratio plane citra violentiam; fieri tamen aliquando poteſt, ut gymnaſten in utroque paulum quid ſubterfugiat, quod neglectum, ſi non magnam, certe levem exercitato laſſitudinem concitet. Caeterum non convenit, qui ſibi vivat, et uni corporis ſanitati vacet, ut vel minimum laedatur usquam. Tutiſſimum itaque ſit apotherapia ſemper uti. Quae qualis adhibenda ſit, ipſa finium, ad quos tendimus, demonſtrabit natura. Nam quoniam id petimus, ut ſolidarum animalis partium ex-

τοῦ ζώου μέρεσι περιττωμάτων, ὅσα θερμανθέντα καὶ λεπτυνθέντα πρὸς τῶν γυμνασίων ἔτι μένει κατὰ τὸ σῶμα, κένωσιν ἀκριβῆ ποιήσασθαι, χρὴ δήπου τάς τε δι᾽ ἑτέρων ἀνατρίψεις παραλαμβάνεσθαι μετὰ τοῦ συντείνειν τὰ τριβόμενα μόρια, καὶ πρὸς τούτοις ἔτι τὴν καλουμένην τοῦ πνεύματος κατάληψιν. ἐπεὶ δ᾽ οὔτε τῶν τρίψεων ἓν ἁπασῶν ἐστιν εἶδος, οὔτε τῆς τοῦ πνεύματος καταλήψεως, ἄμεινον ἐκλέξασθαι τὸ χρησιμώτατον ἐξ ἑκατέρου. τῶν μὲν δὴ τρίψεων αἱ σκληραὶ συνδεῖν ἐδείκνυντο, τουτέστι πυκνότερόν τε ἅμα καὶ σκληρότερον ἀποφαίνειν τὸ σῶμα· ὥστ᾽ οὐκ ἂν ἁρμόττοιεν αἱ τοιαῦται τοῖς παροῦσιν, εἴ γε δὴ τὸ μὲν πυκνούμενον ἐντὸς ἑαυτοῦ στέγει, τὸ δ᾽ ἀραιούμενον ἐπιτρέπει διαῤῥεῖν τοῖς περιττοῖς. οὕτω δὲ καὶ τὸ μὲν σκληρύνεσθαι τοῖς συντεταμένοις ἐναντιώτατον, (αὐξάνει γὰρ αὐτῶν τὴν διάθεσιν,) τὸ δὲ μαλάττεσθαι χρησιμώτατον. εἴπερ οὖν ἅμα τε διαφορεῖν χρὴ τὰ περιττώματα καὶ μαλάττειν τὰ συντεταμένα, τὰς σκληρὰς τῶν τρίψεων φευκτέον. οὐδὲν δ᾽ ἧττον, οἶμαι, φυλακτέον ἐστὶ καὶ τὰς βραδείας. ἐπειδὴ

crementa, quaecunque excalfacta extenuataque per exercitationem in corpore adhuc manent, prorfus ejiciantur, et frictiones, quae per alios adminiftrentur, adhiberi oportebit, et cum his una tum ipfarum, quae fricantur, partium tenfionem, tum etiam fpiritus cohibitionem. At quoniam nec frictionum unica ratio eft, nec fpiritus cohibendi, deligendum ex utroque genere eft, quod utiliffimum eft. Atque ex frictionibus quidem quae dura eft, cogere corpora, hoc eft denfiora fimul durioraque reddere traditum jam eft. Itaque haec ad res propofitas parum eft accommoda; fiquidem, quod denfatur, intra fe claudit, quod laxum fit, liberum excrementis exitum praebet. Ad eundem modum, quod durat, iis, quae tenfa funt, maxime eft adverfum, ut quod eorum affectum magis adauget; contra quod mollit, id eft utiliffimum. Si igitur femel et excrementa digeri, et quae tenfa funt molliri convenit, durae certe frictiones omnino funt fugiendae; nec his minus a lentis cavendum arbitror. Nam

γὰρ οὐκέτ' ἐξ αὐτοῦ κινεῖται τὸ σῶμα, κίνδυνος αὐτῷ ψυχθῆναί τε καὶ πυκνωθῆναι, μηδὲν ἐπικούρημα θερμαῖνον ἔξωθεν προσλαβόντι. διὰ τοῦτ' οὖν οὐ μόνον εἰς τάχος χρὴ τρίβειν, ἀλλὰ καὶ πολλαῖς χερσὶν, ὡς οἷόν τ' ἐστὶ μάλιστα, ὡς μηδὲν εἶναι μέρος τοῦ τριβομένου γυμνόν. ἀλλ' εἴπερ μήτε βραδεῖαν εἶναι προσήκει τὴν τρίψιν, μήτε σκληρὰν, ἔλαιον δαψιλὲς χρὴ περικεχύσθαι τῷ τριβομένῳ σώματι· καὶ γὰρ εἰς τάχος τοῦτο καὶ εἰς μαλακότητα τῇ τρίψει συντελεῖ, καὶ πρόσεστι αὐτῷ τι καὶ ἄλλο μέγιστον ἀγαθόν· ἐκλύει γὰρ τὰς τάσεις, καὶ μαλάττει τὰ πεπονηκότα κατὰ τὰς σφοδροτέρας ἐνεργείας. διὰ ταῦτα μὲν δὴ φευκτέον ἐστὶ τὴν σκληρὰν τρίψιν, δι' ἕτερα δὲ τὴν μαλακήν· οὔτε γὰρ ἐξικνεῖται πρὸς βάθος ἡ τοιαύτη τρίψις, ἀλλ' αὐτόθι που κατὰ τὸ δέρμα καὶ τὰς πλησίον αὐτοῦ σάρκας ἐκλύεται, οὔτ' ἐκθλίβει τὰ περιεχόμενα κατὰ τοὺς στενοὺς τῶν πόρων περιττώματα. δι' ὃ δὴ τήν τε σύντασιν τῶν τριβομένων παραλαμβάνομεν, καὶ τὴν τοῦ πνεύματος κατάληψιν. ἡ μέση τοίνυν μαλακῆς καὶ σκληρᾶς, ἥπερ δὴ καὶ σύμμετρός ἐστιν,

poſtquam a ſe corpus non amplius movetur, periculum eſt, ne frigeſcat ac denſius fiat, dum nulla ope externa caleſit. Hac igitur de cauſa non ſolum cum celeritate eſt fricandum, ſed etiam, quoad fieri poteſt, multis manibus, quo nulla corporis pars nuda maneat. At ſi nec tardam eſſe frictionem oportet nec duram, oleum nimirum fricando corpori largiter circumfundi debebit; id enim ad velocitatem ſimul et mollitiem frictionis multum conducit, et alioqui aliud non ſecundum mediocre commodum affert, quando et quae tenſa ſunt remittit, et quae inter vehementius laborandum fatigata ſunt emollit. Atque his quidem de cauſis dura vitanda eſt frictio, ob alias vero mollis; quippe ea nec alte demittitur, ſed circa cutem ipſam et ei vicinas carnes diſſolvit, nec ea quae in anguſtis meatibus contenta excrementa ſunt extundit. Cujus profecto cauſa tum ipſarum fricandarum partium tenſionem, tum ſpiritus cohibitionem injungimus. Media igitur mollis duraeque, quae eadem et mediocris eſt, ab utrius-

ἐκπεφευγέναι φαίνεται τό τε τῆς μαλακῆς ἄπρακτον καὶ τὸ τῆς σκληρᾶς βίαιον καὶ βλαβερόν. ἐνεργηθήσεται δὲ, τῶν μὲν τοῦ τρίβοντος χειρῶν ἐῤῥωμένως ἐπιβαλλομένων, [96] ὡς ἐγγύς πη τὴν ἀπ' αὐτῶν θλίψιν εἶναι τῇ σκληρᾷ τρίψει, διὰ δὲ τὸ πλῆθος τοῦ λίπους καὶ τὸ τάχος τῆς φορᾶς ἐκλυομένων τοσοῦτον, ὡς ἀκριβῶς γίνεσθαι σύμμετρον. τό τε γὰρ λίπος οὐ σμικρὸν ἀλεξητήριόν ἐστι βιαίας ἐπιβολῆς, τό τε βραχυχρόνιον τῆς ὁμιλίας τοσοῦτον ἀφαιρεῖ τῆς βιαίας, ὅσον καὶ τοῦ χρόνου. τείνειν δ' ἀξιοῦμεν ἐν τούτῳ τὰ τριβόμενα μόρια χάριν τοῦ πᾶν ὅσον ἐστὶ μεταξὺ τοῦ δέρματος καὶ τῆς ὑποκειμένης σαρκὸς περίττωμα διὰ τοῦ δέρματος ἐκκενοῦσθαι. χαλαρῶν γὰρ ἀμφοτέρων ὑπαρχόντων, οὐδὲν μᾶλλον ἔξω φέρεσθαι τοῖς περιττώμασιν ἢ εἴσω συμβήσεται· ταθέντων δὲ τῶν ὑποκειμένων τῷ δέρματι, πάντ' ἐκτὸς ἐκκρίνεται, καθάπερ ὑπὸ δυοῖν πιεζόμενα χεροῖν, μιᾶς μὲν αὐτῶν τῆς ἔξωθεν ἐπιβεβλημένης τοῦ τρίβοντος, ἑτέρας δὲ τῶν τεταμένων ἔνδον μερῶν. δι' αὐτὰ δὲ ταῦτα καὶ ἡ τοῦ πνεύματος κατοχὴ καὶ κατάληψις ου

que incommodo abesse videtur. et mollis inefficacia, et durae violentia noxaque. Ea vero perficietur, fricantis quidem manibus valenter injectis, ita ut earum impressio ad duram frictionem proxime accedat, caeterum pinguedinis copia et velocitate movendi eatenus remissis, ut plane evadat mediocris. Nam et pinguedo ipsa valentioris manuum injectionis non leve praesidium est, et brevitas ipsa contactus tantum demit de violentia, quantum etiam de tempore. Porro tendendas obiter, dum fricantur, partes censemus, quo, quicquid inter cutem et subjectam carnem excrementorum residet, per cutem expellatur. Quippe ambabus iis laxis non magis foras quam intro ferri excrementa continget; distentis vero iis, quae sub cute sunt, omnia foras extunduntur ceu gemina manu expressa, una foris ejus utique, qui fricat, altera intus, ipsis scilicet, quae tenduntur, partibus manus vicem supplentibus. Ac propter haec quidem non exigua portio apotherapiae est spiritus detentio et cohi-

σμικρὸν μέρος ἀποθεραπείας ἐστίν· ὀνομάζεται δὲ οὕτως, ἐπειδὴ ἅπαντας ἐντείναντές τε καὶ προστείλαντες τοὺς μῦς τοῦ θώρακος, οἳ κατὰ τὰς πλευρὰς εἰσιν, ἐπέχομεν τὴν ἐκπνοήν. συμβαίνει γὰρ τηνικαῦτα τὸ θλιβόμενον ὑπὸ τῶν πλευρῶν πνεῦμα κεκωλυμένον ἐκπνεῖσθαι, διὰ τὸ κεκλεῖσθαι τὸν λάρυγγα, πᾶν ὠθεῖσθαι κάτω πρὸς τὸ διάφραγμα· τούτῳ δὲ ὑποκειμένων ἥπατός τε καὶ σπληνὸς, καὶ γαστρὸς, καί τινων ἑτέρων, συνεξαίρεσθαι ταῦτα σύμπαντα τῷ διαφράγματι. χρὴ δ' ἐν τούτῳ συντείνειν ἀτρέμα τοὺς κατ' ἐπιγάστριον μῦς, ἵν' ὑπό τούτων τε ἅμα καὶ τοῦ διαφράγματος, ὥσπερ ὑπὸ δυοῖν θλιβόμενα χεροῖν, ὅσα μεταξὺ κεῖται μόρια, τὸ περιεχόμενον ἐν αὐτοῖς περίττωμα πρὸς τοὐκτὸς ὠθῇ. τὰ μὲν οὖν μεταξὺ κείμενα τό τε ἧπάρ ἐστι, καὶ ὁ σπλὴν, καὶ ἡ γαστὴρ, καὶ κώλου τε καὶ λεπτῶν ἐντέρων προὔχοντα· χῶραι δ' εἰς ὑποδοχὴν ἕτοιμοι τοῖς ἐκθλιβομένοις περιττώμασιν ἥ τε τῆς γαστρὸς εὐρυχωρία πᾶσα, καὶ τῶν ἐνταῦθα κειμένων (246) ἐντέρων αἱ κοιλότητες. εἰ δ' ἀργοὺς ἀκριβῶς ἐάσαις τοὺς κατ' ἐπιγάστριον μῦς, οὐδενὸς μὲν τῶν εἰρημένων ἐκκενώσεις τὰ

bitio; appellant vero ita, ubi omnibus thoracis musculis, qui circa costas habentur, intentis coactisque expirationem continemus. Accidit namque obiter, ut spiritus, qui a costis premitur, dum efflari, quod clausus sit larynx, prohibetur, universus pessum ad transversum septum detur, atque ut cum hoc, quae ipsi subsunt, omnia simul attollantur, jecur, lien, ventriculus et quaedam alia. Oportebit autem interim musculos quoque, qui in abdomine sunt, leviter intendi, ut ab his una cum septo ceu gemina manu pressis quae intersunt partibus excrementum, si quod intra se habent, foras impellant. Porro mediae inter haec partes continentur jecur, lien, ventriculus et crassi ac tenuis intestini partes quae prominent. Loca vero ad excipienda quae expelluntur excrementa patent tum ventris tota capacitas, tum isthic consistentium intestinorum cavitas. Si vero feriari plane abdominis musculos passus fueris, nullius praedictorum excre-

Ed. Chart. VI. [96.] Ed. Baf. IV. (246.)

περιττώματα, τὰ δ᾽ ἐν θώρακί τε καὶ πνεύμονι μεταστήσεις κάτω. προσήκει δ᾽ ἐνταῦθα μεθίστασθαι μᾶλλον αὐτοῖς τοῦ μένειν ἐν ἐκείνοις, ὅσῳ καὶ ἡ κένωσις ἑτοιμοτέρα τῶν ἐν τῇ κοιλίᾳ περιεχομένων, ἤπερ τῶν ἐν πνεύμονί τε καὶ θώρακι. τὰ μὲν γὰρ ἐμεῖταί τε καὶ ἀποπατεῖται ῥᾳδίως, τὰ δὲ μετὰ συντονίας τε καὶ βίας ὑπὸ βηχὸς ἐκβάλλεται. εἰ μέντοι τις ὁμοίως ταῖς φρεσὶν ἐντείνει τοὺς κατ᾽ ἐπιγάστριον μῦς ἐν ταῖς τοῦ πνεύματος καταλήψεσιν, ἀκριβέστερον μὲν ἐκκαθαρθήσεται τὰ κάτω τῶν φρενῶν σπλάγχνα, μεταστήσεται δὲ οὐδὲν ἐκ τῶν τοῦ πνεύματος ὀργάνων εἰς τὰ τῆς τροφῆς, ἀλλ᾽ ἅπαν ἐν θώρακί τε καὶ πνεύμονι μένει τὸ περίττωμα. διὸ δὴ τὴν τοιαύτην κατάληψιν τοῦ πνεύματος οὐκ ἐπαινῶ νῦν, ἔτι δὲ μᾶλλον, ὅταν ἤδη μηδ᾽ ὅλως τις ἐντείνας τὰς φρένας ἰσχυρῶς καὶ βιαίως προστείλῃ τοὺς κατ᾽ ἐπιγάστριον μῦς. ἀνάγκη γὰρ ἐν τῷδε ἐμπίπλασθαι μὲν αἵματός τε καὶ πνεύματος ἅπαντα τὰ κατὰ τὸν τράχηλον ἀγγεῖα καὶ μόρια, φέρεσθαι δ᾽ ἄνω τε καὶ πρὸς τὴν κεφαλὴν, οὐκ ἐπὶ τὴν γαστέρα καὶ κάτω τὰ περιττώ-

menta vacuabis, quae vero in thorace ac pulmonibus habentur, ea deorfum transferes. Expedit vero huc potius transferantur, quam in illis maneant; tanto profecto magis, quanto etiam eorum, quae in ventre, quam quae in pulmonibus et pectore continentur, promptior exitus patet. Haec enim vel evomuntur facile, vel excernuntur; illa cum conatu et vi per tuffes ejiciuntur. Verum fiquis, perinde ut fepium, ita abdominis quoque mufculos anhelitus cohibitione intendat, exquifitius plane expurgabit ea quae fub fepto funt vifcera; non transferetur tamen quicquam a fpiritus inftrumentis ad ea, quae nutrimento funt delegata, fed totum in ipfo thorace et pulmonibus excrementum manebit. Quare cohibitionem anhelitus id genus nunc non probo, multoque minus, fi quis omnino non diftento fepto valide ac vehementer contrahat mufculos abdominis; quando ita neceffe eft venas omnes partesque, quae circa collum funt, fpiritu ac fanguine impleri, excrementa vero furfum atque ad caput, non de-

ματα. θεάσασθαι γάρ ἐστι τὸ αὐτὸ κἀπὶ τῶν αὐλούντων, ἢ μέγιστον ἢ ὀξύτατα φωνούντων· εὐρύνεται γὰρ αὐτῶν ἅπας ὁ τράχηλος, οἰδίσκεται δὲ τὸ πρόσωπον, ἥ τε κεφαλὴ πληροῦται σφοδρῶς, ὅτι καὶ κατὰ τοῦτο τὸ ἔργον οἱ κατ' ἐπιγάστριον ἐκτείνονται μύες, εἴκοντος αὐτοῖς τοῦ διαφράγματος. ἔστι γὰρ δὴ τὸ τοιοῦτον ἔργον ἅπαν, ὡς ἐν τοῖς περὶ φωνῆς ἀποδέδεικται, μικτὸν καὶ σύνθετον ἔκ τε μεγίστης ἐκπνοῆς καὶ πνεύματος καταλήψεως, [97] ἐν μὲν ταῖς ἀθρόαις ἐκφυσήσεσι μεγίστης ἐκπνοῆς γινομένης ἐπὶ σφοδροτάταις ἐντάσεσι τῶν κατὰ τὰς πλευρὰς μυῶν ἅμα τοῖς κατ' ἐπιγάστριον, ἐν δὲ ταῖς τοῦ πνεύματος καταλήψεσι τῆς μὲν αὐτῆς ἐντάσεως γιγνομένης ἑκατέρων τῶν μυῶν, ἐκπνεομένου δ' οὐδενὸς, ἐπὶ δὲ τῶν αὐλούντων τε καὶ φωνούντων ὀξὺ τῶν μὲν μυῶν ὡσαύτως τεινομένων, οὔτε δ' ἐπεχομένης ἀκριβῶς τῆς ἐκπνοῆς, οὔτε ἀθρόως ἐπιτελουμένης, ἀλλὰ μέσην ἐχούσης κατάστασιν. ὥστε ταῖς τρισὶν ἐνεργείαις κοινὴν μὲν εἶναι τὴν τάσιν τῶν μυῶν, ἰδίαν δὲ κατὰ μὲν

orfum et ad ventrem ferri. Intueri enim id tum in iis, qui tibia canunt, licet, tum in iis, qui maximam acutisfimamque vocem edunt. Siquidem his collum omne dilatari, faciem vero intumefcere, et caput validiffime impleri videas, propterea quod in hoc opere, qui in abdomine mufculi funt, tenduntur, diaphragmate his cedente. Eft enim, quicquid ejusmodi operis eft, veluti in iis demonftratum eft, quae de voce edidimus, mixtum ac compofitum ex maxima expiratione et fpiritus cohibitione; utique quum fimul omnis fpiritus efflatur, maximo nimirum facto expiratu, idque cum validiffima mufculorum, tum qui coftis infident, tum qui in abdomine funt, tenfione, in fpiritus autem cohibitione eadem utrorumque mufculorum facta tenfione, nullo tamen fpiritu elabi permiffo; in iis, qui tibia fonant aut acutam vocem edunt, mufculis pari modo tenfis, expiratione tamen nec penitus cohibita, nec tota fimul emiffa, fed mediam rationem fervante. Ita nimirum fit, ut trium operum communis fit mufculorum tenfio, propria vero per confertim factas ex-

τὰς ἀθρόας ἐκφυσήσεις, τὴν ταχεῖαν ἔξω φορὰν τοῦ πνεύματος, κατὰ δὲ τὰς καταλήψεις τὴν ἐπίσχεσιν, ἐν δὲ ταῖς αὐλήσεσί τε καὶ φωναῖς σύμμετρον κένωσιν. αἰτία δὲ τῶν τριῶν ἐνεργειῶν ἡ φάρυγξ, ἀνοιγομένη μὲν ἐπὶ πλεῖστον ἐν ταῖς ἀθρόαις ἐκφυσήσεσιν, ἀκριβῶς δὲ κλειομένη καταλαμβανόντων τὸ πνεῦμα, μέσην δ᾽ ἔχουσα κατάστασιν αὐλούντων τε καὶ φωνούντων ὀξύ τε ἅμα καὶ μέγα. περὶ μὲν δὴ τούτων ἀνάγκη ποτὲ καὶ αὖθις εἰπεῖν ἐν τοῖς περὶ αναφωνήσεως λόγοις. ἡ δ᾽ εἰς τὴν ἀποθεραπείαν ἐπιτήδειος ἐξαίρει τὴν γαστέρα, τεινομένων μὲν ἁπάντων τῶν τοῦ θώρακος μυῶν, ἀνιεμένων δὲ τῶν κατ᾽ ἐπιγάστριόν τε καὶ τὰς φρένας· οὕτω γὰρ ἐνεχθήσεται κάτω τὰ περιττώματα. δευτέραν δὲ ἔχει τάξιν ἡ μετρίως ἐντείνουσα τοὺς κατ᾽ ἐπιγάστριον μῦς ὑπὲρ τοῦ τὰ κάτω τῶν φρενῶν ἀποθεραπεῦσαι σπλάγχνα. τῶν δ᾽ αὐτῶν τούτων ἕνεκα καὶ αἱ τῶν ἀμμάτων περιφοραὶ γιγνέσθωσαν, ἃς ἐξόπισθεν τῶν τριβομένων οἱ τρίβοντες ἱστάμενοι ποιοῦνται περὶ τὴν γαστέρα

fuflationes velox ejus foras expulfio; in anhelitu cohibendo ipfa ejus retentio; in tibiarum opere et voce mediocris emiffio. Caufa vero triplicis hujufce operis pharynx eft; quippe qui in confertim factis exfufflationibus latiffime fe pandit; in fpiritus cohibitione prorfus clauditur; in iis, qui tibia fonant aut qui voce acuta fimul et magna utuntur, medium quendam habitum fervat. Ac de his quidem poft hoc aliquando agere neceffe erit in iis, quibus de vociferatione agemus. Caeterum fpiritus cohibitio, quae ad apotherapiam eft idonea, ventriculum attollit, tenfis, qui in thorace funt, mufculis univerfis, remiffis, qui funt in fepto et abdomine, ita namque deorfum ferentur excrementa. Secundo autem loco habenda eft, quae mediocriter eos, qui in abdomine funt, mufculos tendit, quo videlicet ea, quae fub fepto funt, vifcera apotherapiae fructum fentiant. His ipfis de caufis etiam fafciarum circumactus fieri conveniet; quos fricantes ipfi, quum a tergo fricandorum conftiterint, circa totum ven-

σύμπασαν· ἄλλας δ᾽ ἐκ τῶν πρόσθεν ἱστάμενοι τῶν μεταφρένων περιβολὰς ἀμμάτων ποιοῦνται, τὼ χεῖρε περιάγοντες· ἄλλας δὲ ταῖς πλευραῖς, καὶ τῇ ῥάχει, καὶ τῷ στέρνῳ, συνεπιστρεφομένου πως αὐτοῖς τοῦ τριβομένου. κατὰ τῆς ὀσφύος δὲ γιγνέσθωσαν ἀμμάτων ὅμοιαι περιβολαί τε καὶ περιφοραὶ, συνεντεινομένου μὲν ἁπάσαις αὐταῖς τοῦ τριβομένου, συνεπιστρεφομένου καὶ οὐχ ἁπάσαις· οὐδὲ γὰρ συνεχεῖς ἔτι αὐτὸν ἀπὸ τῆς ἀποθεραπείας χρὴ ποιεῖσθαι τὰς κινήσεις, ὥσπερ οὐδὲ σφοδρὰς, ἀλλὰ ποιεῖσθαι μέν τινας, ἐκ διαλειμμάτων δ᾽ ἐχόντων τρίψεις· αἱ μὲν γὰρ συνεχεῖς τε καὶ σφοδραὶ τρίψεις ἴδιαι τῶν κατασκευαστικῶν γυμνασίων εἰσὶν, αἱ δὲ μήτε συνεχεῖς μήτε σφοδραὶ τῆς ἀποθεραπείας οἰκεῖαι. ὥστε πολλάκις μὲν ἐνανειλείσθω, πολλάκις δὲ καὶ ἀπωθείσθω, πολλάκις δὲ καὶ μεταβαλλέτω τὸν προσγυμναζόμενον ἐν τούτῳ τῷ καιρῷ. πολλάκις δὲ καὶ κατὰ νῶτον γιγνόμενος αὐτὸς, ἑκάτερον ἐν μέρει τῶν σκελῶν περιπλέκων τῷ γυμναστῇ μετ᾽ ἐντάσεώς τινος οὐκ ἠπειγμένης, ὑφ᾽ ἑτέρων εὐκαίρως ἐπαφωμένων τριβέσθω· οὕτω γὰρ ἂν καὶ μάλιστα

trem adhibent: alios vero, quum a fronte confiftentes fafciarum circa dorfum circumjectionibus utuntur, duabus manibus circumagentes: alios autem coftis, et fpinae, et pectori, idque converfo pariter cum his quodammodo eo, qui fricatur. Circa lumbos vero fimilis fafciarum circumjectio circumactioque fiet, tendente fe ad fingulas eo, qui fricatur, non tamen cum omnibus pariter fe vertente, quum neque continuos motus, nec vehementes contingere ei ex apotherapia conveniat, fed certe aliquos et quibus ex intervallo frictiones fint interpofitae. Quae namque et continuae et vehementes frictiones funt, hae exercitationis, quam praeparatoriam vocant, funt propriae; quae vero non continuae, nec vehementes, apotherapiae. Itaque faepe quidem revolvatur, fubinde vero etiam repellat; faepe etiam hoc ipfo tempore progymnaften mutet; faepe ipfe a tergo gymnaftae incumbens, ac crurum utrumque per vices ipfi circumplectens, idque cum tenfione aliqua haudquaquam urgente, ab aliis, qui commode

διαφυλάττοι τε τὴν ἐν τοῖς γυμνασίοις ηὐξημένην θερμότητα, καὶ συνεκκρίνοι ταῖς ἰδίαις ἐντάσεσί τε καὶ κινήσεσι τὰ περιττώματα· πρὸς ὃ καὶ ἡ τοῦ πνεύματος κατάληψις οὐκ ὀλίγον μοι ἔοικεν ἐπιβοηθεῖν, ἐνωθούμενον γὰρ τοῦτο πανταχόθεν εἰς τοὺς λεπτοὺς πόρους ἀναγκάζεται καταδύεσθαι, καὶ ἢν ἐπὶ πλέον θλίβηταί τε καὶ προωθῆται, πάντας αὐτοὺς διεξέρχεται, συναποφέρον αὐτῷ τι καὶ τῶν λελεπτυσμένων περιττωμάτων. οὕτω γέ τοι καὶ τρήματα πολλάκις ὀργάνων λεπτὰ τοὺς δημιουργοὺς ἔστιν ἰδεῖν ἐκκαθαίροντας ἐμφυσήσει σφοδροτέρου πνεύματος. εἰς ὅσον γὰρ τοῦτο φέρεται πρόσω βιαίως ἐπαναγκαζόμενον, εἰς τοσοῦτον τὰ μὲν ὠθεῖται παρ᾽ αὐτοῦ, τὰ δὲ παρασύρεται διεξελθεῖν ἐφιέμενα τὴν ὁδὸν ἅπασαν· [98] ὠθεῖται μὲν τὰ πρόσω, παρασύρεται δὲ τὰ πλάγια, τῇ ῥύμῃ τῆς φορᾶς ἄμφω βιαζόμενα. καὶ τοίνυν καὶ τῶν γυμνασίων αὐτῶν μεταξὺ παραλαμβάνουσιν οἱ ἄριστοι γυμνασταὶ κατάληψιν πνεύματος, ὥσπερ γε καὶ τὴν προειρημένην ἀποθε-

contrectent, fricetur; hac enim vel maxime ratione et calorem, qui exercitando eſt adauctus, ſervaverit, et ſimul excrementa propriis ipſius tum tenſionibus tum motibus ejecerit. Ad quod ſane opus ſpiritus quoque cohibitio non parum mihi conducere videtur, quippe qui undique compulſus in anguſtos ſe recipere meatus cogitur, eosque, ſi amplius truſus propulſusque fuerit, etiam penitus tranſire atque extenuati jam excrementi ſecum nonnihil arripere. Ad hunc ſane modum exilia inſtrumentorum foramina vehementiore ſpiritus inflatu expurgantes opifices videas. Nam quantum is ulterius per vim coactus impellitur, tantum ab ipſo quaedam impelluntur, quaedam trahuntur, totamque viam peregiſſe properant. Et truduntur quidem, quae ante occurrunt, attrahuntur; quae ad latus ſunt poſita; impetu ipſo motus utraque coacta. Quin etiam inter ipſam exercitationem ſpiritus cohibitionem interponunt optimi gymnaſtae, atque etiam quam ſupra comprehendimus ipſam, quae apo-

ραπευτικὴν τρίψιν, ἅμα μὲν ἀναπαύοντες, ὅταν ἄρχωνται κάμνειν, ἅμα δὲ διακαθαίροντες κατὰ βραχὺ τοὺς πόρους, ἵν᾽ εὔπνουν τε ἅμα καὶ καθαρὸν ᾖ τὸ σῶμα πρὸς τοὺς ἑξῆς πόνους, ὡς κίνδυνός γε, μηδενὸς τοιούτου προνοηθέντος, τὸν γυμναστὴν ἐμφράξαι μᾶλλον ἢ καθᾶραι τοὺς πόρους. αἱ γάρ τοι σφοδρόταται φοραὶ τῶν ὑλῶν τὰ ἐναντία πεφύκασιν ἐργάζεσθαι, κατὰ διαφέροντας καιροὺς καὶ τρόπους ἐνεργούμεναι· ἐμφράξεις μὲν, ὅταν ἀθρόον τε ἅμα καὶ παχὺ καὶ πολὺ τὸ φερόμενον ᾖ, καθάρσεις δὲ, ἐπειδὰν ὀλίγον τε καὶ λεπτομερὲς ὑπάρχον μὴ πάνυ κατεπείγηταί τε καὶ καταναγκάζηται πᾶν ἀθρόως ἐκκενοῦσθαι. φαίνεται γὰρ οὕτω ταῦτα γινόμενα κατά τε τῶν ἐκτὸς ἁπάντων ὀργάνων τε καὶ πλεκάμων. ἀποπλύνεται γάρ τοι καὶ ἀποῤῥύπτεται τὸ περιττὸν ἅπαν ἐξ αὐτῶν, οὐχ ὅταν, ὑπεξιόντων ἔτι τῶν προτέρων, ἕτερα βιαίως ἐπιφέρηται, (κίνδυνος γὰρ ἐν τῷδε, σφηνωθέντα καὶ διαιρεθέντα πρὸς ἄλληλα τὰ διερχόμενα φράξαι τὴν ὁδὸν,) ἀλλ᾽ ὅταν, τῶν προτέρων ἤδη κεκενωμένων, αὖθις ἕτερα κενωθῇ. καὶ τίς δὲ περὶ

therapiae debetur, frictionem, fimul hominem, quum laffitudo incipit, recreantes, fimul cutis meatus paulatim expurgantes, quo videlicet perfpirabile fimul purumque corpus ad fubfequentes labores fit, quum alioqui verendum fit, ne, fi nihil tale gymnafta providerit, obftruat potius praedictos meatus, quam expurget, propterea quod vehementiffimi materiae impetus diverfis temporibus ac rationibus contrarios edere effectus poffunt; obftruere quidem, quum craffum fimul ac multum fuerit, quod confertim ac praeceps agitur; purgare, quum exiguum tenueque eft, nec praepropere nec violenter cogitur fimul omne expelli. Apparet enim, ita accidere in omnibus tum externis inftrumentis, tum vero calathorum plexibus. Quippe eluitur extergeturque ex his omne fupervacuum, non quum, egredientibus adhuc paulatim prioribus, alia violenter a tergo irruunt, (verendum enim interim eft, ne, quae in tranfitu funt impacta innixaque, invicem viam obftruant,) fed quum, prioribus plane vacuatis, alia poft-

τῶν μικροτέρων πόρων θαυμάσειεν, ὅπου γε καὶ τῶν θεάτρων ἀθρόως ἐξιόντες πολλοὶ κατὰ τὰς διεξόδους ἴσχονται; διὰ ταῦτα μὲν δὴ καὶ τοὺς ἐν μέσοις τοῖς πόνοις ἀποθεραπείᾳ χρωμένους ἐπαινῶ, καὶ μάλιστα ἐπὶ τῶν τοὺς βαρεῖς καλουμένους ἄθλους ἀσκούντων. ἀλλὰ περὶ μὲν τούτων αὖθις. ὁ δὲ νῦν ἡμῖν ὑποκείμενος ἄνθρωπος οὐκ ἀθλητικὴν εὐεξίαν, ἀλλ' ἁπλῶς ὑγίειαν ἔχει τὸν σκοπόν.... οὔτ' οὖν πολλῶν αὐτῷ χρεία γυμνασίων ἐστὶν, οὔτε πρὸς ἀνάγκην ἐδωδῆς, ἀλλ' οὐδὲ πλήθους κρεῶν χοιρείων, οὐδ' ἄρτων τοιούτων, οἵους ἐσθίουσιν αἱ βαρεῖς ἀθληταί. (247) διὰ ταῦτ' οὖν ἅπαντα τῷ μὲν οὐδεὶς κίνδυνος ἐμφραχθῆναι τοὺς πόρους, εἰ καλῶς προκατεσκευάσαντο, τουτέστι ἐπιτηδείῳ τε τρίψει καὶ πόνοις ἐξ ὀλίγου τε καὶ κατὰ βραχὺ προϊοῦσι· ἀθλητῇ δὲ βαρεῖ κίνδυνός ἐστι διά τε τὴν ποιότητα καὶ τὸ πλῆθος τῶν ἐδεσμάτων, εἰ μὴ πάντα γίγνοιτο καλῶς, ἐμφραχθῆναι μᾶλλον ἐν τοῖς γυμνασίοις ἢ καθαρθῆναι τοὺς πόρους.

modum vacuantur. Et quid de exiguis meatibus miremur, quum etiam e theatris multitudo, quae confertim egredi conatur, in exitu haeret? Ob haec itaque, qui etiam in mediis laboribus apotherapia utuntur, gymnaftas laudo, potiffimumque in iis, quos gravia (quae vocant) certamina exercent. Verum de his poftea. Qui autem nunc nobis propofitus homo eft, non athleticum habitum, fed fimpliciter fanitatem fcopum habet, quo minus aut multis exercitationibus, aut coacta comeftione eft opus, aut etiam fuillae carnis copia, aut pane id genus, quo graves athletae utuntur. Atque his omnibus de caufis timendum huic non eft, ne exiles ejus meatus obftruantur, fi modo probe eft praeparatus, fcilicet idonea frictione ac laboribus, qui ex parvis paulatim crefcant. Gravi vero athletae, nifi omnia probe adminiftrentur, ob ciborum tum qualitatem tum quantitatem verendum in exercitationibus eft, ne obftruantur potius quam expurgentur meatus.

Κεφ. γ΄. Ἅλις μὲν ἤδη μοι τῶν περὶ τῆς ἀποθεραπείας λόγων. ἴωμεν δ' ἑξῆς ἐπὶ τὰ λουτρὰ, τοσοῦτο γοῦν μόνον εἰπόντες ὑπὲρ τῶν προκειμένων, ὡς, ὅς τις ἂν ἐλάττοσιν ἔπεσιν ἑρμηνεύσῃ ταῦτα, μακρολογίαν ἡμῖν ἐγκαλείτω. εἰ δὲ τῶν ἀναγκαίων τι θεωρημάτων ἢ τῶν ταῦτα πιστουμένων ἀποδείξεων ὑπερβάς τινας βραχὺν ἡγοῖτο πεποιηκέναι τὸν λόγον, οὐκ ἀγάλλεσθαι προσῆκεν, ἀλλ' αἰσχύνεσθαι μᾶλλον αὐτῷ ταῖς τοιαύταις βραχυλογίαις. ἐγὼ δὲ, καίτοι βιβλίον ὅλον ὑπὲρ τῆς καλουμένης ἀποθεραπείας γράψαι δυνάμενος, οὐκ ἐδικαίωσα ποιεῖν οὕτως, συντέμνειν ὅτι μάλιστα τὸ μῆκος τῆσδε τῆς πραγματείας προῃρημένος. εἰ γὰρ ἐπὶ τὸ διελέγχειν ὅσα κακῶς εἴρηται τοῖς πλείστοις ἐτραπόμην, οὐ μικρὰν, οὐδὲ φαύλην ὕλην εἰς μῆκος λόγου ἔσχον ἄν· [99] ἀλλ' ἐξ ὧν ἀπέδειξα, νομίζω τοῖς ἔχουσι νοῦν ἁπάσας τῆς ἀντιλογίας τὰς ἀφορμὰς παρασχέσθαι. λέγοντος γοῦν Ἀσκληπιάδου, τὴν κατάληψιν τοῦ πνεύματος ἐμπιπλάναι τὴν κεφαλὴν, ἐξ ὧν ἐγὼ διωρισάμην ὀλίγον ἔμπροσθεν,

Cap. III. Ac de apotherapia quidem abunde mihi dictum jam est. Deinceps ad balnea veniamus, illud modo de propositis praefati, quod, si quis haec paucioribus interpretabitur, is merito prolixitatem sermonis nostri accuset; verum si quis aut necessarium aliquod theorema, aut, quae id confirment, evidentes demonstrationes praeteriens brevitate se usum putat, hunc non tam de tali brevitate sibi placere, quam certe pudore affici par est. Ego vero, etsi istud volumen scribere de ea quae vocatur apotherapia potuissem, tamen id faciendum non censui, ut qui longitudinem hujus operis contrahere maxime studui. Si enim ad ea refellenda, quae perperam a plerisque sunt scripta, me convertere voluissem, nec parvam, nec certe levem materiam longioris sermonis habuissem. Verum arbitror ex iis, quae demonstravi, satis me seminum dedisse iis, qui saltem non plane hebetes sunt, ejusmodi omnia refellendi. Quum enim dicat Asclepiades, spiritus cohibitionem caput opplere, ex iis, quae ipse

Ed. Chart. VI. [99.] Ed. Baf. IV. (247.)

ἐπιδεικνὺς αὐτῆς τὰς διαφορὰς, ἔνεστι τῷ βουλομένῳ τὴν πρὸς αὐτὸν ἀντιλογίαν ποιεῖσθαι. οὕτω δὲ καὶ κατὰ τὸ δεύτερον βιβλίον ἐξῆν δή που κἀμοὶ τὰ κατὰ μέρος ἅπαντα γυμνάσια διηγουμένῳ μηκῦναι τὸν λόγον, ὥσπερ ἄλλοι τέ τινες ἐποίησαν ὅ τε κάλλιστα μεταχειρισάμενος ὅλην τὴν πραγματείαν Θέων ὁ Ἀλεξανδρεύς· τέτταρα γὰρ οὗτος ἔγραψε βιβλία περὶ τῶν κατὰ μέρος γυμνασίων. ἅπαντα κἀμοὶ λέγειν ἐξῆν, ἄμεινόν γε ἑρμηνεύειν ἐκείνου δυναμένῳ, καὶ προσέτι καὶ ἄλλων πολλῶν μνημονεύειν γυμνασίων ἔργοις κοινῶν. ἐκεῖνος μὲν γὰρ, ὡς ἂν ἀθλητὰς μάλιστα γυμνάζειν ἔργον πεποιημένος, ἐν τοῖς ἐπ᾽ ἐκείνων ἐπλεόνασε γυμνασίοις· ἔξεστι δὲ τῷ βουλομένῳ περὶ πάντων τῶν κατὰ πάσας τὰς τέχνας διεξέρχεσθαι. ταῦτα μὲν οὖν μοι λελέχθω πρὸς τοὺς ἀγανακτήσοντας τῷ μήκει τῆς πραγματείας.

Κεφ. δ΄. Καιρὸς δ᾽ ἤδη περὶ λουτρῶν διέρχεσθαι, πρῶτον μὲν, ὁπόσα γλυκέων ὑδάτων ἐστὶ θερμαινόμενα,

paulo ante definivi, quum differentias ejus traderem, potest, qui volet, hominis sententiam refellere. Similiter in secundo quoque volumine licuit etiam mihi omnibus exercitationibus sigillatim commemoratis librum producere, sicuti quum alii nonnulli fecerunt, tum, qui bellissime totam materiam est exequutus, Theon Alexandrinus. Is enim quatuor libros non alia de re quam de particularibus exercitiis scripsit. Quae et mihi dixisse licuit, ut qui tum melius, quam ille, interpretari potuerim, tum vero aliarum meminisse non paucarum exercitationum, quae sunt operibus communia. Is enim quum illud sibi proposuisset, ut, quemadmodum athletae maxime exercitarentur, doceret, in his multum verborum absumpsit. Potest autem, qui volet, et de iis quas singulae artes praestant exercitationibus differere. Atque haec quidem iis, qui longitudinem operis parum aequo animo ferunt, dicta sint.

Cap. IV. Nunc de balneis agere tempestivum videtur. Ac primum quidem de aquis dulcibus calfactis, ut

ἐπειδὴ τούτων ἡ χρεία πλείων, ἑξῆς δὲ τῶν ψυχρῶν, εἶθ᾽ οὕτως τῶν αὐτοφυῶν ὀνομαζομένων, καὶ αὐτῶν δή που τὰ μὲν εὔκρατα, τὰ δὲ ζέοντα, τὰ δὲ χλιαρὰ, τὰ δὲ ψυχρὰ παντάπασιν ὑπάρχει. ἔστι δὴ τῶν γλυκέων ὑδάτων τῶν θερμῶν ἡ δύναμις, εὐκράτων μὲν ὄντων, ὑγρὰ καὶ θερμὴ, χλιαρωτέρων δὲ γενομένων, ὑγρὰ καὶ ψυχρὰ, θερμοτέρων δὲ τοῦ δέοντος ἀποτελεσθέντων, θερμὰ μὲν, οὐκέτι δ᾽ ὁμοίως ὑγρά. φρίττειν γὰρ ἀναγκάζει τὰ σώματα, καὶ πυκνοῦσθαι τοὺς πόρους αὐτῶν, ὡς μήτ᾽ ἀπολαύειν ἔτι τῆς ἔξωθεν ὑγρότητος, μήτ᾽ ἐκκενοῦσθαί τι τῶν ἔνδον περιττωμάτων. ἀλλ᾽ ἀπὸ τῶν εὐκράτων ἀρκτέον, ἃ διὰ παντὸς ὑγραίνει, καὶ θερμαίνει διὰ παντὸς καθ᾽ ἑαυτά. συμβαίνει δ᾽ αὐτοῖς ἐνίοτε κατὰ τὸ συμβεβηκὸς ἤτοι διαφορεῖν τὰς ὑγρότητας, ἢ πληροῦν ῥεύματος περιττοῦ τὰ μόρια τοῦ σώματος, ἢ μαλάττειν, ἢ πέττειν, ἢ ῥωννύναι τὴν δύναμιν, ἢ καταλύειν. εἰς ταῦτα μέν γε καὶ ἡ ποσότης αὐτῶν οὐκ ὀλίγα συντελεῖ. πολλὰ δὲ καὶ ἄλλα τῶν τοῖς εἰρημένοις ἑπομένων ἔνεστι καταλέγειν ἔργα τῶν εὐκράτων ποτίμων λουτρῶν,

quarum crebrior fit ufus; mox de frigidis; poftremo de iis, quas fponte natas appellant, quarum aliae media temperie, aliae ferventes, aliae tepidae, aliae omnino frigidae funt. Dulcium calfactarum aquarum, fi media temperie fint, vis calida et humida eft; fin tepidiores fint, humida et frigida; quod fi jufto calidiores fiant, calida quidem, fed non perinde humida. Quippe horrere corpora contrahique exiles earum meatus fubigunt, ita ut nec madefcere ab extrinfecus accedente humore poffint, nec excrementi, quod intus latet, quicquam emittere. Caeterum ab iis incipiendum, quae medium temperamentum obtinent, quae per fe femper calefaciunt et humectant; evenit tamen ex accidente, ut aut per halitum digerant humores, aut fupervacua fluxione corporis partes impleant, aut molliant, aut concoquant, aut vires firment vel infirment; fiquidem ad haec quantitas quoque earum non minimum confert. Quin alios quoque multos lavationis aquae temperatae et potabilis effectus,

ὧν τὰ πρέποντα τῇ νῦν ἡμῖν ἐνεστώσῃ πραγματείᾳ λεχθήσεται καθ᾽ ὅσον ἐγχωρεῖ διὰ βραχέων, ἀναβεβλημένης ἐν τῷ παρόντι τῆς εἰς τὰ νοσήματα χρείας αὐτῶν. εἰς δὲ τὴν ὑγιεινὴν χρῆσιν ὁ προκείμενος ἐν τῷ λόγῳ νεανίσκος ἡκέτω γεγυμνασμένος, ὡς εἴρηται πρόσθεν. ἐπὶ τούτου τοίνυν ὀλίγη μὲν ἡ ἐξ αὐτοῦ ὠφέλεια· πάντα γὰρ φθάνει ἔχων ἐκεῖνος ἔκ τε τῶν συμμέτρων γυμνασίων καὶ τῆς εἰρημένης ἀποθεραπείας. ὅμως δ᾽ οὖν, εἰ καλῶς παραλαμβάνοιτο τὰ λουτρὰ, μέρος ἄν τι γένοιτο καὶ αὐτὰ τῆς ἀποθεραπείας, εἴ γε δὴ μαλάττει μὲν τὰ σκληρὰ καὶ τεταμένα μόρια, διαφορεῖ δ᾽, εἴ τι περίττωμα καὶ σύντηγμα πρὸς τοῦ δέρματος ἐντὸς ἴσχοιτο. ἀλλὰ τούτων γε οὐδετέρων χρήζειν ἔοικεν ὁ ὑποκείμενος ἄνθρωπος ἐν τῷ λόγῳ, οὔτε σύντηγμα σαρκὸς ἁπαλῆς ἢ πιμελῆς εἰκὸς αὐτῷ γεγονέναι τι κατὰ τὰ γυμνάσια. ταῖς γὰρ ἀμέτροις τε [100] καὶ σφοδραῖς κινήσεσιν εἵπετο τὰ τοιαῦτα, κεκένωται δὲ πάντ᾽ αὐτῷ τὰ περιττώματα καὶ μεμάλακται τὰ στερεὰ μόρια κατὰ τὸν τῆς

qui jam comprehenſis ſuperveniant, enumerare licet; quorum qui propoſito nunc operi ſunt accommodi, dicentur quam fieri poteſt pauciſſimis, dilato videlicet in aliud tempus eo quem in morbis praeſtant uſu. Sed quod ad ſanitatis tuendae ſpectat uſum, juvenis in ſermone propoſitus jam exercitatus redeat, ut prius eſt comprehenſum. Huic igitur praedicti balnei perexiguus eſt uſus, ut qui omnia jam ex mediocri exercitatione et jam dicta apotherapia eſt conſecutus. Nihilo ſecius tamen, ſi probe balneum adhibeas, ipſum quoque apotherapiae pars aliqua ſit; ſiquidem duras tenſaſque partes emollit, excrementum et liquamentum, ſi quod intus ad cutim haeret, evocat. Verum neutrius horum egere videtur propoſitus juvenis, nec ullum aut mollioris carnis aut adipis liquamentum credibile eſt illi inter exercitandum evenire, quum et immodicos et vehementes motus talia ſequantur, huic vero non ſolum expulſa omnia excrementa, ſed etiam emollitae ſolidae partes ſunt obiter, dum apothe-

ἀποθεραπείας καιρὸν, ὥστ' ἀποπλύνασθαι τὸν ἱδρῶτα καὶ τὴν κόνιν, εἰ καὶ ταύτῃ ποτὲ χρήσαιτο, δεῖται μᾶλλον ἢ θερμανθῆναι κατὰ τὸ βαλανεῖον. διαβαδίσαι τοιγαροῦν χρήζει μόνον ἄχρι τῆς δεξαμενῆς, οὐκ ἐνδιατρῖψαι τῷ βαλανείῳ, καθάπερ οἱ χωρὶς τοῦ γυμνάσασθαι καθέψοντες ἑαυτούς. οὐ μὴν οὐδ' ἐγχρονίζειν ἐν τῇ κολυμβήθρᾳ δεῖται, περιπλυνάμενος δ', ὡς εἴρηται, πρὸς τὸ ψυχρὸν ὕδωρ ἐπειγέσθω. σύμμετρον δ' ἔστω καὶ τοῦτο τῇ συμμέτρῳ φύσει τοῦ σώματος. ἐφ' ὧν γὰρ ἤτοι σφόδρα ψυχροῦ χρεία τοῦ ὕδατος, ἢ μαλακοῦ τε καὶ οἷον εἱληθεροῦς, αὖθις εἰρήσεται. τὸ δ' ἄριστα πεφυκὸς σῶμα, μέχρι μὲν αὐξάνεται, λέλεκταί που καὶ πρόσθεν, ὡς οὐ χρὴ ψυχρῷ λούειν, ἵνα μή τι τῆς αὐξήσεως αὐτοῦ κωλύσωμεν· ηὐξημένου δ' ἱκανῶς, ἐθίζειν ἤδη καὶ τῷδε· κρατύνει τε γὰρ ἅπαν σῶμα, καὶ τὸ δέρμα πυκνὸν καὶ σκληρὸν ἀποτελεῖ· κράτιστον δὲ τοῦτο πρὸς τὴν ἀπὸ τῶν ἔξωθεν βλάβην. ὡς δ' ἄν τις ὑπάρξαιτο λούεσθαι ψυχρῷ, μηδενὸς ἀπὸ τῆς ἐξαιφνιδίας μεταβολῆς ἀπολαύσας βλαβεροῦ, παντὸς μᾶλλον ἐπίστασθαι χρή. πολλοὶ

rapia eſt uſus. Quare elui ſibi in balneo ſudorem et pulverem, ſi quando hoc utitur, magis poſtulat quam calefieri. Ergo tranſire tantum ad ſolium uſque, non in laconico immorari is debebit, ſicuti qui citra exercitationem ſe ipſos elixant. Sed nec morari in piſcina huic eſt opus; imo lotus, ut comprehenſum eſt, ad frigidam feſtinet; atque ipſa quoque mediocris eſto, utpote ad medii temperamenti corpus. Quibus enim aut vehementer frigida opus ſit, aut molli et veluti inſolata, poſt dicemus. Caeterum optimum corpus, quoad augeſcit, dictum eſt non eſſe frigida lavandum, ne ejus incrementum moretur. Ubi vero abunde eſt auctus, jam frigidae quoque aſſuefaciendus; ut quae tum corpus univerſum roboret, tum cutem denſam duramque efficiat; quod ſane tutiſſimum eſt adverſus noxas, quae extrinſecus imminent. Quemadmodum vero quiſpiam frigida lavari primum incipiet, ſic ut nullam ex ſubita mutatione noxam ſentiat, id utique ante omnia ſcire convenit. Multi enim, quum

γὰρ κακῶς ἀρξάμενοι διεβλήθησαν οὕτω πρὸς ὅλον τὸ ἐπιτήδευμα τῆς ψυχρολουσίας, ὥστε μηδὲ τοῖς ἀσφαλῶς αὐτὸ μεταχειριζομένοις ὑπομένειν ἑαυτούς ποτε παρασχεῖν. ἔστω τοιγαροῦν ὁ μὲν τοῦ ἔτους καιρὸς ἀρχομένου θέρους, ἵνα πρὸ τοῦ χειμῶνος ἐν ἅπαντι τῷ μεταξὺ χρόνῳ γένηταί τις ἐθισμὸς ἀξιόλογος. ἔστω δὲ δή που καὶ ἡ ἡμέρα, καθ' ἣν ἀρχόμεθα, νήνεμος ὡς ἔνι μάλιστα, καὶ εἰς ὅσον οἷόν τε κατ' ἐκεῖνον τὸν καιρὸν θερμοτάτη. δῆλον δ', ὡς καὶ τῆς ἡμέρας αὐτῆς ἐκλέγεσθαι χρὴ τὸ θερμότατον, ὥσπερ γε καὶ τὸ γυμναστήριον εὐκρατέστατον. ἡ μὲν ἔξωθεν αὕτη παρασκευή. σῶμα δ' αὐτὸ τὸ μέλλον χρῆσθαι τῷ ψυχρῷ παρασκευάσθω κατὰ τάδε. τῇ μὲν ἡλικίᾳ ἔστω κατὰ τετάρτην ἑβδομάδα μεσοῦσαν μάλιστα, μηδὲν ὑπὸ μηδενὸς ἠλλοιωμένος αἰτίου προσφάτου κατ' ἐκείνην τὴν ἡμέραν ἢ τὴν πρὸ αὐτῆς νύκτα, τὴν δ' ὑγιεινὴν κατάστασιν, ἣν εἶχεν ἔμπροσθεν, ἀκριβῶς διαφυλάττων. ἔστω δὲ καὶ τὴν ψυχὴν εὔθυμός τε καὶ φαιδρὸς ὁ μέλλων χρήσασθαι τῷ ψυχρῷ νεανίσκος, εἴπερ ποτὲ ἄλλοτε, καὶ τότε μάλιστα. πρῶτον μὲν

parum recte incepiffent, adeo in frigidam lavationem male fuere affecti, ut nec iis, qui tutiffime eam adminiftrare potuiffent, fe permitterent. Efto igitur anni tempus aeftatis initium; quo videlicet ante hyemem in toto interpofito tempore non fpernenda confuetudo pariatur. Efto praeterea dies, quo aufpicabimur, quammaxime tranquillus et, quod id tempus feret, calidiffimus; cujus etiam calidiffimam deligendam effe partem nemo dubitat, ficuti etiam gymnafterium, quod mediocri maxime fit temperamento. Et externa quidem praeparatio talis eft. Corpus ipfum, quod uti frigida debebit, ad hunc modum praeparabitur. Efto illi aetas quarti maxime feptennii medium, nulla nec ipfo die nec quae eam praeceffit nocte nova re alterato, fed priftinam falubritatem ad unguem fervanti. Efto vero, qui frigida utetur, juvenis et animo tum praefente, tum plane hilari, fi quando alias, etiam tunc praecipue. Ac primum quidem fricetur

οῦν ἀνατριβέσθω σινδόσιν ἐπιπλέον· ἔστωσαν δὲ καὶ σφοδρότεραι νῦν μᾶλλον, ἢ πρόσθεν, τρίψεις, καὶ διὰ σκληροτέρων ὀθονίων· εἰ δὲ καὶ χειρῖδας ῥαπτὰς περιθέμενοι ταῖς χερσὶν οἱ προγυμνασταὶ τρίβοιεν, ὡς ὁμαλωτέραν γενέσθαι τὴν ἐνέργειαν, οὐδὲν ἂν εἴη χεῖρον. ἐφεξῆς δὲ δι' (248) ἐλαίου τριβέσθω, καθότι σύνηθες ἦν αὐτῷ· κἄπειτα γυμναζέσθω τῷ πλήθει μὲν ἴσα γυμνάσια, θάττονα δὲ νῦν, ἢ πρόσθεν· ἔπειθ' οὕτως εἰς τὸ ψυχρὸν ὕδωρ καταβαινέτω μὴ βλακεύων, ἀλλ' ἐπωκύνων τὴν ἐνέργειαν, ἢ ἀθρόως ἐναλλέσθω, σκοπὸν ἐν ἀμφοῖν ἔχων, ὡς μάλιστα καθ' ἕνα χρόνον ἅπασι τοῖς τοῦ σώματος μέλεσι περιχυθῆναι τὸ ὕδωρ· τὸ γὰρ κατὰ βραχὺ πλησιάζειν αὐτῷ φρίκης ἐστὶ ποιητικόν. ἔστω δὲ μήτε χλιαρὸν τὸ ὕδωρ, μήτε ἀτέραμνόν τε καὶ παγετῶδες· τὸ μὲν γὰρ οὐ ποιεῖται θερμασίας ἐπανάκλησιν, τὸ δὲ πλήττει καὶ καταψύχει τοὺς ἀήθεις. ὡς ἔν γε τῷ χρόνῳ προϊόντι καὶ τοιούτῳ ποτὲ χρήσαιτ' ἂν ἡμῶν ὁ νεανίσκος, ἀνάγκης καταλαβούσης· ἀλλά κατά γε τὴν πρώτην ἡμέραν ἀκριβῶς χρὴ φυλάττεσθαι

linteis uberius. Sunto autem frictiones magis nunc quam ante vehementes, atque etiam linteis durioribus administratae; fi vero et manicas confutas manibus progymnafta circumdaret, atque ita fricaret, quo fieret opus aequabilius, non minime ad rem pertineret. Dehinc oleo, prout affuevit, fricetur; inde exercitetur exercitationibus multitudine quidem paribus, fed citatioribus, quam ante. Ab his in frigidam defcendat, non tamen cunctanter, fed celeriter, vel etiam femel totus infiliat, huc utrobique fpectans, ut uno maxime tempore omnibus corporis partibus humor circumfundatur, quippe quum fenfim his accedere horrorem concitet. Efto vero et aqua ipfa nec tepida, nec plane cruda et glacialis; altera namque repercuffum caloris non efficit, altera ferit infuetos ac refrigerat. Siquidem procedente tempore tali quoque aqua utatur juvenis nofter, fi neceffitas exigat; verum primo faltem die omnino cavenda eft admodum frigida,

τὸ λίαν ψυχρόν. ἐξελθόντι δὲ τοῦ ὕδατος ὑπὸ πλειόνων ἀνατρίβεσθαι προσήκει δι᾽ ἐλαίου, μέχρις ἂν ἐκθερμανθῇ τὸ δέρμα· καὶ μετὰ ταῦτα σιτία μὲν πλείω τῶν εἰωθότων, ἔλαττον δὲ προσφερέσθω τὸ πόμα. [101] ταῦτα δ᾽, εἰ καὶ σὺ μὴ κελεύσειας, αὐτὸς ἂν οὕτω ποιήσειεν, ὀρθῶς ἁπάντων γενομένων. καὶ γὰρ ὀρέγονται πλεόνων ἐπὶ τῇ ψυχρολουσίᾳ, καὶ πέπτουσιν ἄμεινον, καὶ διψῶσιν ἧττον· ἀφικνοῦνταί τε κατὰ τὴν ὑστεραίαν ἐπὶ τὰ γυμνάσια σαφῶς εὐεκτικώτεροι, τὸν μὲν τοῦ σώματος ὄγκον ἴσον ἔχοντες τῷ πρόσθεν, ἐσφιγμένον δὲ καὶ μυωδέστερον καὶ συντονώτερον, καὶ τὸ δέρμα σκληρότερόν τε καὶ πυκνότερον. ὁμοίως οὖν ἐπ᾽ αὐτοῦ κατὰ τὴν δευτέραν ἡμέραν πρακτέον ἅπαντα, καὶ κατὰ τὴν τρίτην τε καὶ τετάρτην. εἶθ᾽ οὕτως ἐπὶ προήκοντι τῷ χρόνῳ κελεύσομεν αὐτὸν ἐμβαίνειν τὸ δεύτερον τῷ ψυχρῷ μετὰ τὴν ἐπὶ τῷ προτέρῳ τρῖψιν, ὡς εἴρηται πρόσθεν. τὸ δὲ καὶ τρίτον ἔτι τοῦτο ποιεῖν, ὥς ἔνιοί τινες ἐκέλευσαν, οὐκ ἐπαινῶ· καὶ γὰρ τὸ δεύτερον αὔταρκες εἶναί μοι δοκεῖ, δυναμένων γε ἡμῶν, εἰς ὅσον ἂν ἐθέλωμεν, ἐν

Exeunti vero ab aqua fricari oleo idque a pluribus expedit, quoad cutis ipfa incaleat. Poft haec cibos folitis plures, potum infra confuetudinem capiat, quae ipfemet vel injuffus faciet, rite modo omnia fint peracta. Nam a frigida lavatione et plus appetunt, et melius concoquunt, ac minus fitiunt; veniuntque ad exercitationes poftridie plane meliore habitu corporis, mole quidem pari ei, quae ante, caeterum compacta et mufculofiore ac vegetiore, cute vero duriore ac denfiore. In hoc ergo fecundo praeterea die fimiliter omnia funt peragenda, etiam tertio et quarto. Poftea vero procedente tempore ad eundem modum frigidam iterum ingredi jubebimus, videlicet poft eam, quae priori ingreffui fucceffit, frictionem, ut prius eft comprehenfum. Verum tertio eam ingredi, quod nonnullis placuit, non laudo. Nam et iterum id feciffe abunde fatis mihi effe videtur, praefertim quum pro arbitrio noftro immorari hominem jubere liceat.

αὐτῷ κελεῦσαι διατρίβειν. ὁ δὲ σκοπὸς κἀνταῦθα τοῦ χρόνου τῆς διατριβῆς ἐκ τῆς καθ᾽ ἑκάστην ἡμέραν λαμβανέσθω πείρας. εἰ μὲν γὰρ ἀνελθὼν ἐκ τοῦ ὕδατος ἐπὶ ταῖς ἀνατρίψεσιν εὔχρους ἐν τάχει γίγνοιτο, μετρίως ἐν αὐτῷ διατρίψας· εἰ δὲ δυσεκθέρμαντός τε καὶ ἄχρους διαμείνῃ μέχρι πλείονος, ἀμετρότερον ἐχρήσατο τῷ ψυχρῷ. τοῦ χρωτὸς τοίνυν προσέχων τοῖς γνωρίσμασιν ἐξευρήσεις ῥᾳδίως, εἴτε τὸν ἴσον χρόνον αὖθις ἐν τῷ ψυχρῷ διατρίβειν προσήκει, εἴτε καὶ μετακινῆσαί τι πρὸς τὸ ἔλαττον ἢ πλέον. καὶ περὶ μὲν ψυχρολουσίας ὡς πρὸς τὴν ἀρίστην φύσιν ἱκανὰ καὶ ταῦτα.

Κεφ. ε΄. Τὰς δὲ τῶν παρεμπιπτόντων ἁμαρτημάτων ἐπανορθώσεις ὅπως ἄν τις κάλλιστα ποιοῖτο, διελθεῖν ἤδη καιρός· εἰ γὰρ ὅτι μάλιστα τὴν κατασκευὴν τοῦ σώματος ἄμεμπτον ἔχοι τις, ἀπηλλαγμένος τε εἴη τῶν κατὰ τὸν βίον ἁπάντων πραγμάτων, καὶ ἑαυτῷ μόνῳ ζῶν, ἀλλά τό γε μηδέποτ᾽ ἁμαρτάνειν μηδὲν ἢ αὐτὸν ἢ τὸν ἐπιστάτην αὐτοῦ παντάπασιν ἀδύνατον. εἰκὸς τοίνυν ἐστὶ πρῶτόν τε καὶ μά-

Ipfum vero immorandi tempus hic quoque a quotidiana ipfius experientia eft conjectandum. Nam fi egreffus frigidam coloratior ex frictione cito redditur, mediocriter moratum indicat; fin et tardius ei calor redeat, et decolor diutius maneat, plus aequo moratum docet. Si ergo cutis notis intentus fis, facile intelliges, an par tempus poftea in frigida morari conveniat, an potius ad majus minusve aliquid fit mutandum. Et de frigida lavatione, quod ad optimam naturam fpectet, abunde dictum arbitror.

Cap. V. Errata autem, fi quae contigerint, quomodo quis emendet, jam dicere tempeftivum eft. Ut enim quam maxime ftatum corporis illaefum tum fortitus quispiam fit, ac ab omnibus, quae in vita contingunt, negotiis liber fit, et fibi uni vivens, fieri tamen nequit, ut non aliquando vel ipfe, vel is, qui ei praeficitur, aberret. Primum igitur non abfimile eft in id maxime et frequen-

λιστα καὶ συνεχέστατα περιπίπτειν ἁμαρτήμασι νεανίσκον γυμναστικὸν, οἷον ὁ κόπος ἐστίν· ὑπὲρ οὗ πολλάκις μὲν ἤδη πολλοῖς, οὐκ ἰατροῖς μόνον ἢ γυμνασταῖς, ἀλλὰ καὶ φιλοσόφοις εἴρηται, ὥσπερ καὶ Θεοφράστῳ βιβλίον ὅλον ὑπὲρ αὐτοῦ γράψαντι. ἐγὼ δὲ κἀνταῦθα μήκους φειδόμενος, ἃ μὲν εἴρηται κακῶς ὑπὲρ αὐτοῦ τισιν, ὑπερβῆναι διέγνωκα, τὰ δ᾽ ἀναγκαιότατα τοῖς ὑγιεινοῖς ἅμα ταῖς οἰκείαις ἀποδείξεσι διελθεῖν. καὶ πρῶτόν γε περὶ τῆς ἐννοίας αὐτοῦ· δίκαιον γὰρ ἀπὸ ταύτης ἀρξαμένους οὕτως ἐπὶ τὴν οὐσίαν μεταβῆναι. ἔννοιαν δ᾽ ἔχουσι κόπου τινὲς μὲν ἐν τῷ πεπρῆσθαί τε καὶ τετάσθαι δοκεῖν ἤτοι πάντα τὰ μέλη τοῦ σώματος, ἢ τὰ πονήσαντα μόνον· τινὲς δ᾽ ἐν τῷ δυσχερῆ τινα καὶ ἀνιαρὰν αἴσθησιν ἑαυτῶν κατὰ τὰς κινήσεις λαμβάνειν, ἣν τινες μὲν ἄῤῥητον ἔφασαν, ἔνιοι δὲ ἑλκώδη προσηγόρευσαν· ἄλλοι δέ τινες, ὅταν ὡς τεθλασμένων τε καὶ φλεγμαινομένων αἰσθανώμεθα τῶν μελῶν. εἰσὶν μὲν οἳ καὶ μιγνύουσιν ἀλλήλαις τὰς ἁπλᾶς ταύτας διαθέσεις, τὴν

tiſſime peccatum incidere juvenem exercitationibus deditum, quae laſſitudo appellatur; de qua a multis jam non ſolum medicis aut gymnaſtis, ſed etiam philoſophis eſt dictum, veluti Theophraſto, qui integrum de ea volumen ſcripſit. Ego vero hic quoque prolixitati parcens, quae nonnullis parum recte de ea ſunt tradita, ea tranſire ſtatui; quae vero maxime ſunt neceſſaria iis, qui ſanitatem tuendam profitentur, haec una cum accommodatis demonſtrationibus explicare; ac primum de notione ejus agere, quippe recte ſe habet, ab hac quum exorſi fuerimus, ad eſſentiam ejus explicandam accedere. Ergo laſſitudinis notionem intelligentiamque ſunt qui accipiant, dum incenſi diſtentique ſibi eſſe videntur, idque aut omnibus corporis partibus, aut iis tantum, quibus laborarint; quidam, dum triſti moleſtoque ſenſu inter movendum afficiuntur; hunc alii indicibilem dixere, alii ulceroſum appellavere; nonnulli, quum membra ceu contuſa et phlegmone obſeſſa ſentiunt. Non deſunt et qui ſimplices hos affectus inter ſe miſcent, et qui tenſionis eſt, et qui ul-

τε τῆς τάσεως καὶ τὴν ἑλκώδη καὶ τὴν φλεγμονώδη· τινὲς δὲ δύο μιγνύουσιν ἐξ αὐτῶν, ἤτοι τὴν ἑλκώδη τῇ μετὰ τάσεως, ἢ τὴν φλεγμονώδη μεθ' ἑκατέρας αὐτῶν ἀνὰ μέρος. ὥσθ' ἑπτὰ τὰς πάσας γίγνεσθαι δόξας περὶ τῆς κατὰ τὸν κόπον ἐννοίας, ἐκ μέρους μέν τινος ἁπάσας ἀληθεῖς, τὸ σύμπαν δὲ οὐχ ἁπλῶς. [102] ἐάν τε γὰρ ἑλκώδης αἴσθησις γίγνηται κινουμένοις, ἐάν τε φλεγμονώδης, ἐάν τ' ἐμπίπρασθαι καὶ τείνεσθαι δοκῶσιν, ἐάν τε κατὰ συζυγίαν τινὰ τούτων, ἂν θ' ὁμοῦ συνέλθῃ τὰ πάντα, κόπος ὀνομάζεται τῶν εἰρημένων διαθέσεων ἑκάστη. ὥστ' εἶναι διαφορὰς ἑπτὰ τὰς συμπάσας τῶν κόπων· ἁπλᾶς μὲν τρεῖς, συνθέτους δὲ τέτταρας. ἐπανορθώσεις δὲ τῶν οὕτως ἐχόντων σωμάτων, αἱ μέν τινες ἴδιαι καθ' ἑκάστην εἰσὶ διάθεσιν, αἱ δέ τινες ἁπασῶν κοιναί. λεχθήσεται δ' ἑξῆς ὑπὲρ αὐτῶν, ἐὰν πρότερον ὑπὲρ τῆς παρακειμένης τοῖς κόποις διαθέσεως εἴπωμεν, ἣν ἐξαπατώμενοί τινες ὀνομάζουσι κόπον. ὁποία δ' ἐστὶν αὕτη, καὶ τίνα κέκτηται γνωρίσματα, δηλωθήσεται σαφέστερον, ἂν τὴν οὐσίαν ἑκάστης τῶν κο-

cerofus, et qui phlegmones fpeciem praefert. Alii duos ex his mifcent, aut eum, qui ulceris fpeciem exhibet, ei, qui tenfioni affimilatur, aut eum, qui phlegmones fenfum affert, feorfum cum utroque; ita ut fint in univerfum fententiae de laffitudinis notione feptem. Quae fane omnes ut verae ex parte funt, ita in totum fimplici abfolutoque fermone non funt. Nam five ulceris fenfus, quum moventur, fe exhibet, five phlegmones, five incendi tendique videntur, five duo quilibet horum, five etiam omnes coëunt, laffitudo dicitur eorum affectuum unufquifque. Quo fit, ut feptem ejus in univerfum differentiae fint, fimplices tres, compofitae quatuor. Corporis vero, quod his fit affectum, remedia quaedam propria cujufque laffitudinis funt, quaedam omnibus communia. De his mox dicetur, fi prius de affectu quodam, qui laffitudini proximus eft, dixero, quem decepti nonnulli prave laffitudinem nominant. Is qualis fit, et quas notas habeat, illuftrius apparebit, fi cujufque laffitudinis effentiam prius

ποδῶν διαθέσεων εἴρωμεν. ἄχρι μὲν γὰρ τοῦδε τὰ συμπτώματα μόνον εἴρηται, καὶ γὰρ τὸ πεπρῆσθαί τε καὶ τείνεσθαι δοκεῖν τὰ μόρια, καὶ τῷ κινουμένῳ ἤτοι φλεγμονώδη τινὰ ἢ ἑλκώδη γίγνεσθαι τὴν αἴσθησιν, οὐδὲ διαθέσεις εἰσὶν, ἀλλὰ συμπτώματα. διαθέσεις δέ γε τῶν σωμάτων αὐτῶν, ἐφ' οἷς εἴωθε τὰ τοιαῦτα συμπίπτειν, ἁπλαῖ μὲν τρεῖς, σύνθετοι δὲ τέσσαρες. ἡ μὲν οὖν ἑλκώδης διάθεσις ἐπὶ πλήθει γίνεται περιττωμάτων λεπτῶν τε ἅμα καὶ δριμέων, ἅπερ ἐν τῷ γυμνάζεσθαι γεννᾶται κατὰ διττὴν αἰτίαν, ἤτοι τῶν παχυτέρων περιττωμάτων χυθέντων τε καὶ λεπτυνθέντων, οὐχ ἁπάντων δὲ ἐκκριθέντων, ἢ τακείσης τινὸς ἤτοι πιμελῆς, ἢ σαρκὸς ἁπαλῆς. ἀνάγκη γὰρ ὑπὸ τῶν τοιούτων ὑγρῶν, λεπτῶν καὶ δριμέων ὑπαρχόντων, κεντεῖσθαί τε καὶ οἷον τιτρώσκεσθαι τό τε δέρμα καὶ τὰς σάρκας, ὥστε καὶ φρίκην ἐνίοτε γίνεσθαι, καί τι καὶ ῥίγους, ὅταν ἰσχυρῶς ᾖ δριμέα τε ἅμα καὶ πολλά. τοιοῦτος μὲν δή τις ὁ οἷον ἑλκώδης κόπος. ἐν ᾧ δὲ τείνεσθαι δοκεῖ τὰ μόρια μόνον, ἑλκώδης δ' οὐκ ἔστιν αἴσθησις, ἐν τῷδε τῷ κόπῳ περίττωμα

diſquiſiverimus. Hactenus enim ipſa ſymptomata dicta ſunt. Illa enim, quod incendi tendique corpus videatur, et quod moventi ſe vel ulceris vel phlegmones ſenſus oboriatur, affectus non ſunt, ſed ſymptomata. Affectus vero corporum, quibus haec ſupervenire ſolent, tres ſimplices ſunt, quatuor compoſiti. Et ulceroſus quidem affectus oritur ab excrementorum copia tenuium ſimul et acrium, quae nimirum inter exercitandum proveniunt duplici ex cauſa, aut eo excremento, quod craſſius erat, fuſo et attenuato, non tamen toto expulſo, aut adipe mollive carne liquata. Neceſſe enim eſt abs tali humore ceu tenui atque acri pungi et quaſi vulnerari tum cutem, tum ipſam carnem, ſic ut etiam horror interim oboriatur, imo etiam quadantenus rigor, ſi modo admodum tum copioſus humor, tum acer ſit. Ac talis quidem eſt ulceroſa laſſitudo. Ubi autem tendi ſolum membra videntur, ulceris vero ſenſus non eſt, in hac certe laſſitudine nullum

Ed. Chart. VI. [102.] Ed. Baf. IV. (248. 249.)

μὲν οὐδὲν, ὅ τι καὶ ἄξιον λόγου, περιέχεται τοῖς σώμασι, κατὰ δὲ τοὺς μῦς καὶ τὰ νεῦρα διάθεσίς τις ἐπὶ ταῖς σφοδροτέραις ἐντάσεσιν, ἃς ἐποιήσαντο κατὰ τὰ γυμνάσια, συνίσταται τοῦ ποιήσαντος αἰτίου τὴν δύναμιν ἐνδεικνυμένη. συμβαίνει γὰρ ταῖς σφοδροτέραις ἐντάσεσιν, ἁπάσας μὲν τῶν μυῶν τείνεσθαι τὰς ἶνας, οὐχ ὁμοίως δὲ ἁπάσας κάμνειν, ἀλλ' ὅσαι μάλιστα κατὰ τὴν εὐθύτητα τῆς τάσεώς εἰσιν· ὡς ὅσαι γε λοξότεραί πως ὑπάρχουσιν, ἧττον εὐθύνονται τεινόμεναι. ὥστε ταύταις μὲν οὐδεὶς ἐφεδρεύει κίνδυνος, ἐν δὲ ταῖς ἐπὶ πλέον ἐκτεινομέναις, ὡς ἐγγὺς ἥκειν τοῦ διασπασθῆναι, καταλείπεταί τις διάθεσις ὁμοία τῇ κατὰ τὰς ἐνεργείας ἐγγινομένῃ· τείνεσθαι γὰρ ἔτι δοκοῦσι, κἂν μηκέτι τείνωνται. ἡ δὲ δὴ τρίτη τοῦ κόπου διαφορὰ, καθ' ἣν ὥσπερ τεθλασμένων ἢ φλεγμαινόντων αἰσθανόμεθα τῶν μορίων, τηνικαῦτα μάλιστα συμπίπτειν εἴωθεν, ὅταν ἐκθερμανθέντες ἱκανῶς οἱ μύες ἐπισπάσων(249)ταί τι τῶν περικεχυμένων ἑαυτοῖς περιττωμάτων. εἰ δὲ καὶ περὶ τοὺς τένοντάς τε καὶ νεῦρα τὴν αὐτὴν γενέσθαι διάθεσιν συμβαίνει,

excrementum, de quo ratio ulla fit habenda, in corpore continetur, fed refidet in mufculis et nervis ex nimia tenfione, quam exercitando admiferunt, affectus quidam effectricis caufae poteftatem indicans. Accidit namque in vehementi tenfione omnes mufculorum fibras tendi, non tamen fimiliter omnes laffari, fed eas maxime, quae per longitudinem tenfionis porriguntur. Quippe quae obliquiores quodammodo jacent, minus in directum aguntur; quare his nullum inftat periculum. In iis vero, quae immoderatius funt extentae, ita ut parum a difruptione abfint, relinquitur affectio quaedam fimilis ei, quae inter agendum fiebat; quippe tendi adhuc videntur, quum tamen nulla jam tenfione urgeantur. Tertia vero laffitudinum differentia, qua nimirum ceu contufas aut phlegmone obfeffas partes fentimus, tum maxime folet incidere, quum mufculi nimium excalefacti attraxere quippiam ex circumfufis fibi excrementis. Quod fi etiam tum tendonibus, tum nervis idem affectus incidit, offium do-

ὀστοκόπον ὀνομάζουσι τὸ πάθημα, τῷ βυθίῳ τῆς αἰσθήσεως ἐπὶ τὰ διὰ βάθους κείμενα μόρια τοὔνομα φέροντες. ἐπιπολῆς μὲν γὰρ τὸ δέρμα, δευτέραν δὲ ἔχουσι θέσεως τάξιν οἱ μύες, ἐν κύκλῳ τοῖς ὀστοῖς περικείμενοι, συμφυεῖς δὲ οἱ τένοντες ὑπάρχουσι τοῖς ὀστοῖς, ὥστ᾽ εὐλόγως, ὅταν οὗτοί τι τῶν εἰρημένων πάσχωσιν, ἐν τῷ βάθει τε καὶ περὶ τοῖς ὀστοῖς αὐτοῖς ἡ διάθεσις εἶναι δοκεῖ. αὗται μὲν αἱ μόναι τρεῖς ἁπλαῖ τῶν κόπων εἰσὶ διαφοραί· σύνθετοι δ᾽ ἐξ αὐτῶν, ὡς ἔμπροσθεν εἴρηται, τέτταρες, ὑπὲρ ὧν ἑξῆς ἐροῦμεν, ἐὰν πρότερον τὸν περὶ τῶν ἁπλῶν διέλθωμεν λόγον. ἔστι γὰρ δή τις καὶ ἄλλη διάθεσις ἐξαπατῶσά τινας, ὡς κόπος. [103] ἡ μὲν γένεσις ἐν τῷ ξηρανθῆναι τοὺς μῦς περαιτέρω τοῦ προσήκοντος, ὥστε ἅπαν αὐχμηρὸν καὶ προσεσταλμένον φαίνεσθαι τὸ σῶμα, καὶ πρὸς τὰς κινήσεις ὀκνεῖν ἀτρέμα. ἀλλ᾽ οὐδὲν ὑπάρχει αὐτῷ τῶν ἔμπροσθεν εἰρημένων, οὔτε τὴν οἷον ἕλκους αἴσθησιν, ἢ τάσεως, οὔτε πολὺ μᾶλλον τὴν οἷον φλεγμονῆς. ἐναντιωτάτη γὰρ ἡ ὄψις τοῦ τε τοιούτου καὶ τῆς νῦν λεγομένης διαθέσεώς ἐστιν.

lorem eum affectum nominant, ob penitiorem fcilicet fenfum partibus, quae in alto maxime corpore funt pofitae, nomen tribuentes; quippe fummum locum cutis occupat, fecundum ab ea fitus ordinem mufculi habent, utique circum offa pofiti, at tendones ipfis offibus adhaerent. Quo magis rationabile eft, quum hi quicquam praedictorum patiuntur, videri in imo ac circa ipfa offa affectionem haerere. Atque hae quidem folae tres fimplices laffitudinum differentiae funt; compofitae vero ex his, ut jam dictum eft, quatuor funt, de quibus mox agendum, fi tamen prius fimplices univerfas abfolvero. Eft namque affectio alia quoque, quae, ceu laffitudo fit, nonnullis imponit: haec incidit, quum fupra modum mufculi ficcantur adeo, ut fquallens contractumque corpus appareat, atque ad motus quodammodo pigrum; non tamen ei quicquam eorum, quae modo diximus, ineft; neque is, qui veluti ulceris aut tenfionis eft, multoque minus, qui veluti phlegmones eft fenfus. Quippe diverfiffimus afpectus ejufmodi affectus eft, et ejus, quem ultimo loco retulimus.

αὕτη μὲν γὰρ αὐχμῶδες καὶ προσεσταλμένον ἀπεργάζεται τὸ σῶμα, ὁ δὲ φλεγμονώδης κόπος ἐν ὄγκῳ μείζονι καὶ αὐτοῦ τοῦ κατὰ φύσιν. ὥστ᾽ εἶναι τὰς πάσας τέτταρας ἁπλᾶς διαθέσεις, ἰδίας ἑκάστην ἐπανορθώσεως δεομένην.

Κεφ. ς΄. Ἀρκτέον δ᾽ ἀπὸ τοῦ τὴν ἑλκώδη φέροντος αἴσθησιν, ὃν καὶ διὰ δριμύτητα περιττωμάτων ἐλέγομεν ἀνίστασθαι. οὗτος ὁ κόπος συμπίπτει μάλιστα τοῖς κακοχύμοις τε καὶ περιττωματικοῖς σώμασιν. ἐπιγίγνεται δὲ καὶ ταῖς ὑπογυίοις ἀπεψίαις, ὅταν ἤτοι γυμνάσωνται προπετέστερον, ἢ ἐν ἡλίῳ διατρίψωσιν. οὐ μὴν ἀδύνατόν γε αὐτὸν συστῆναί ποτε χωρὶς ἀπεψίας ἐν εὐχύμῳ σώματι δι᾽ ὑπερβολὴν ἄμετρον γυμνασίων. εἰώθασι δ᾽ αὐτὸν ὀξεῖαι καὶ πολλαὶ φέρειν κινήσεις. πυκνὸν δὲ καὶ φρικῶδες φαίνεται τῶν ἐν τούτῳ τῷ κόπῳ τὸ δέρμα, καὶ ὁμολογοῦσιν ἐν τῷ κινεῖσθαι καθάπερ ἕλκος ἀλγεῖν, οἱ μὲν τὸ δέρμα μόνον, οἱ δὲ καὶ τὰς ὑπ᾽ αὐτῷ σάρκας. ἡ δ᾽ ἴασις ἐξ ὑπεναντίου τῇ διαθέσει· διαφορῆσαι γὰρ χρὴ τὰ περιττώματα, καὶ

Hic namque squallens et contractius corpus efficit; at qui phlegmones fenfum prae fe fert, in mole etiam ea, quae naturalis eft, ampliore confiftit. Quare quatuor in univerfum fimplices affectus funt; quorum fingulis fua funt remedia.

Cap. VI. Ordiendum vero ab ea, quae ulceris fenfum invehit; quam etiam ab excrementorum acrimonia ortam diximus: haec autem laffitudo maxime in ea incidit corpora, quae et mali fucci funt, et excrementis abundant. Succedit vero recentibus cruditatibus, quum aut exercitantur immoderatius, aut in fole funt morati. Caeterum nihil obftat, quin in corpore boni fucci citra cruditatem proveniant, utique ob exercitationis nimium exceffum. Sane excitare eam folent celeres ac multi motus. In hac vero laffitudine etiam denfa effe horrereque cutis videtur. Fatenturque, qui ea funt affecti, inter movendum dolere fibi ulceris ritu alii cutim tantum, alii fubjectam etiam carnem. Remedium hujus ex iis, quae affectui funt contraria, comparatur, quippe fi quae

πέπανται τὸ πάθημα. διαφορηθήσεται δὲ τρίψει πολλῇ καὶ μαλακῇ σὺν ἐλαίῳ μηδεμίαν ἔχοντι στύψιν, ὁποῖον μάλιστ' ἐστὶ τὸ Σαβῖνον. ἐναντιώτατον δὲ τῇ διαθέσει τό τ' ἐκ τῆς Ἰσπανίας, καὶ τὸ ἐκ τῆς Ἰβηρίας, ὅπερ Ἰσπανὸν ὀνομάζουσι, τό τε καλούμενον ὀμφάκινον ἢ ὠμοτριβὲς, ἑνὶ δὲ λόγῳ τὸ αὐστηρὸν ἅπαν οὐκ ἐπιτήδειον, ὡς ἔνεστί σοι γευομένῳ διαγινώσκειν τὴν δύναμιν αὐτῶν, κἂν μὴ πρότερον ᾖς πεπειραμένος. οὕτω γοῦν καὶ ἡμεῖς ἐν Μακεδονίᾳ ποτὲ γευσάμενοι τοῦ κατὰ τὸν Αὐλῶνα τὸν περὶ τῷ Στρυμόνι γινομένου ἐλαίου τῆς αὐτῆς εἶναι δυνάμεως ἐγνωρίκαμεν αὐτὸ τῷ καλουμένῳ Ἰσπανῷ. καὶ μὲν δὴ καὶ τῶν ἄλλων ἐλαίων ἁπάντων οὕτω γνωρίσεις τὴν δύναμιν, ὅσα τε καταχρηστικῶς ὀνομάζεται, καὶ ὅσα σκευάζεται δι' ἁλῶν, ἢ ῥιζῶν, ἢ βοτανῶν, ἢ βλαστῶν, ἢ φύλλων, ἢ καρπῶν. εἴρηται δ' αὐτάρκως μὲν ὑπὲρ ἁπάντων αὐτῶν ἐν ταῖς περὶ φαρμάκων πραγματείαις· λεχθήσεται δὲ καὶ κατὰ τὸν ἐνεστῶτα λόγον ἐν οἰκείῳ καιρῷ. νῦν δὲ τοῦτ' ἀρκεῖ μόνον

redundant difcuffias, malum ceffabit. Sane difcutientur frictione multa mollique cum oleo, a quo omnis adftringendi vis abeft: quod genus maxime Sabinum eft. Adverfiffimum vero huic affectioni eft, quod ex Hifpania affertur et ex Iberia, vocant autem Hifpanum, tum quod omphacinum vocant vel crudum; et ut femel dicam, quod aufterum eft, omne id alienum eft. Adeo guftu ipfo vim eorum difcernere licet, etiamfi de ipfis ante periculum non feceris. Sic namque et nos quondam in Macedonia deguftato oleo, quod fit circa Aulonem, qui eft fuper Strymonem, deprehendimus eandem cum Hifpano vim habere. Quin et reliquorum omnium olei generum ita deprehendas vires, etiam quaecunque per abufionem nominant, et quae ex fale, ex radicibus, ex herbis, ex germinibus, ex foliis vel fructibus praeparantur. Dictum vero abunde de his omnibus eft in operibus iis, quae de medicamentis infcripfimus; nihilo tamen minus etiam in propofito opere dicetur fuo loco. Illud tantum

εἰπεῖν, ὡς, ὅπερ ἂν ᾖ γλυκύτατον ἔλαιον, ἐπιτηδειότατόν ἐστιν εἰς τὰ παρόντα. τούτῳ τοίνυν χρῆσθαι δαψιλεῖ μετὰ τρίψεως πολλῆς· ἐν μὲν τῇ πρώτῃ τῶν ἡμερῶν ὑπὲρ τοῦ μηδ᾽ ὅλως γενέσθαι τὸν ὑποπτευόμενον ἔσεσθαι κόπον, ἐν τῇ δευτέρᾳ δὲ χάριν τοῦ λῦσαι τὸν ἤδη γεγονότα. λύει δ᾽ αὐτὸν τὸ καλούμενον ἀποθεραπευτικὸν γυμνάσιον, ἐν ᾧ καὶ κινήσεις ἔνεστι ποιεῖσθαι, συμμέτρους μὲν τῇ ποσότητι, βραδυτέρας δὲ τῇ ποιότητι, μετὰ πολλῶν τῶν μεταξὺ διαναπαύσεων, ἐν αἷς χρὴ τρίβειν τὸν ἄνθρωπον, ἐφαπτομένων ὁμοῦ πλειόνων, ὅπως μήτε καταψύχοιτό τι μέρος αὐτοῦ, καὶ τάχιστα διαφοροῖτο τὰ περιττώματα. πλεονάζειν [104] δὲ χρὴ ταῖς μὲν τρίψεσι κατὰ τὸν ἐν τῷ δέρματί τε καὶ ὑπὸ τῷ δέρματι τὸ πλῆθος τῶν περιττωμάτων ἔχοντα, ταῖς δ᾽ ἐξ αὐτοῦ κινήσεσι κατὰ τὸν ἕτερον κόπον, ᾧ τὸ πλέον ἐν τοῖς μυσὶν ἤθροισται. τὰ γὰρ ἐν τούτοις περιττώματα τρίψις μόνη διαφορεῖν οὐχ ἱκανή. δεῖται γὰρ οὐκ ἔξωθεν μόνον ἕλκεσθαι πρός τινος, ἀλλὰ καὶ συνεπωθεῖσθαι πρὸς ἑτέρου τινὸς ἔσωθεν. ἐπωθεῖ δ᾽ αὐτὰ

in praefentia dixiffe fatis fit, quod plane dulciffimum oleum eft, id effe ad propofitum affectum maxime accommodatum. Hoc igitur copiofo cum multa frictione utendum; primo quidem die, quo fufpectam forte laffitudinem omnino declines, fecundo vero, ut, fi qua incidit, difcutiatur. Difcutit porro eam exercitatio, quae apotherapia dicitur, in qua fcilicet motus adhibeas quantitate mediocres, qualitate tardiores, idque cum frequenti interpofita his quiete; qua utique fricare hominem oportet, pluribus fimul contrectantibus, quo nec refrigefcat pars ulla, et ociffime excrementa difcutiantur. Porro frictionum plus adhibebitur in iis, qui in cute et fub cute excrementorum collectam vim habent, motuum vero, quos ipfemet edat, in altera laffitudine; fcilicet in qua plus eft in ipfis mufculis congeftum. Quae enim in his coacta excrementa funt, fola frictio educere non poteft; his enim opus eft non folum ab aliquo foris attrahi, verum etiam ab altero quopiam intrinfecus impelli. Impellit

τό τ' ἀναπτόμενον θερμὸν ἐν ταῖς κινήσεσι, καὶ τὸ συνεκκρινόμενον πνεῦμα, καὶ ἡ αὐτῶν τῶν μυῶν ἔντασις, ἐξ ἐπιμέτρου δὲ καὶ ἡ καθ' ἕκαστον μόριον ἀποκριτικὴ τῶν ἀλλοτρίων δύναμις. ὁ δὲ ἕτερος κόπος, ἐφ' οὗ συντάσεως αἰσθάνονται, τὸν σκοπὸν τῆς ἰάσεως ἔχει τὴν πρὸς Ἱπποκράτους ὀνομαζομένην χάλασιν, ἐναντίον γὰρ τοῦτο τῇ συντάσει, καθάπερ τῇ σκληρότητι ἡ μάλαξις. ἔλεγε γοῦν ὧδε· δέρματος σκληροῦ μάλαξις, συντεταμένου χάλασις· ὡς ἐναντίον ὑπάρχον, τῷ μὲν σκληρῷ τὸ μαλακὸν, τῷ δὲ συντεταμένῳ τὸ χαλαρόν. χαλᾶται δὲ τὸ συντεταμένον, ἐν μὲν ταῖς ἄλλαις διαθέσεσιν, ἃς ἐν τῷ πέμπτῳ περὶ τῆς τῶν ἁπλῶν φαρμάκων δυνάμεως εἴπομεν, ἑτέρως, ἐπὶ δὲ τῇ διὰ τὰ γυμνάσια τρίψει μὲν ὀλίγῃ τε ἅμα καὶ μαλακῇ δι' ἐλαίου γλυκέος εἱληθεροῦς, ἀναπαύσει δὲ ὅλως, ἢ καὶ ἡσυχίᾳ, καὶ λουτροῖς εὐκράτοις, καὶ διατριβῇ πλέονι κατὰ τὸ θερμὸν ὕδωρ, ὥστε καὶ εἰ δὶς αὐτὸν ἢ τρὶς λούσαις, ὀνήσεις μειζόνως. οὗτοι δὲ καὶ μετὰ τὰ βαλανεῖα ἀλείφεσθαι δέονται, πρὶν ἀμφιέννυσθαι· καὶ εἰ δι' ἱδρῶτά τινα τύχοιεν ἀπομάξασθαι

ea partim calor ipſe, qui per motum accenditur, partim ſpiritus, qui una emittitur, partim ipſa muſculorum tenſio; ſuper haec vero ipſa ſingularum partium excretrix alieni facultas. Altera vero laſſitudo, in qua tenſio ſentitur, illud pro remedio poſtulat, quod Hippocrati laxatio dicitur. Ea namque tenſioni contraria eſt ad eum modum, quo duritiei mollities. Ait enim ita: *Cutis durae mollitio, diſtentae laxatio, ceu duro molle, diſtento laxum contrarium ſit.* Sane relaxatur, quod diſtentum eſt, in aliis quidem affectibus, quos in quinto de ſimplicium medicamentorum facultatibus diximus, alia ratione. Quod vero per exercitationem incidit, tum pauca mollique frictione, eaque ex oleo dulci atque inſolato, tum intermiſſione omnino aut etiam quiete, praeterea lavatione medii temperamenti, atque in calida pluſcula mora; adeo, ſi bis terve lavabis, plus proderis. Hi vero et poſt balneum ungi deſiderant prius, quam veſtiantur. Quod ſi propter ſudorem forte aliquem pingue deterſerint, rurſus

τὸ λίπος, αὖθις ἀλείφεσθαι χρήζουσι. καὶ μέντοι καὶ κατὰ τὴν ἑξῆς ἡμέραν ἀναστάντες ἐκ τῆς κοίτης ἀλειφθῆναι δέονται, μηδέποτ᾽ ἄκρως ψυχρῷ τῷ ἐλαίῳ μηδὲ σκληρῶς ἀνατριβόμενοι. γίνεται δ᾽ ὁ τοιοῦτος κόπος εὐχύμοις ἀνδράσι πονήσασιν εὔτονα μᾶλλον ἢ ὀξέα γυμνάσια, καὶ δεινῶς ὀκνηρούς τε καὶ δυσκαμπεῖς ἐργάζεται τοὺς κοπωθέντας, οὐ μὴν πυκνοί γε καὶ φρικώδεις οἱ τοιοῦτοι φαίνονται, καθάπερ οἱ μικρῷ πρόσθεν εἰρημένοι. προσεσταλμένοι δ᾽ οὐδὲν ἧττον ἐκείνων οὗτοι καὶ αὐχμώδεις ὁρῶνται, καὶ θερμότεροι τοῖς ἁπτομένοις εἶναι δοκοῦσιν οὐ μόνον τῶν τὴν ἑλκώδη διάθεσιν ἐχόντων, ἀλλὰ καὶ σφῶν αὐτῶν, ὅθ᾽ ὑγίαινον.

Κεφ. ζ'. Ὁ δὲ δὴ τρίτος τῶν κόπων ἐπὶ σφοδροτάταις γίνεται κινήσεσι, καὶ μόνος ἐξαίρει τοὺς μῦς ὑπὲρ τὸ κατὰ φύσιν, ὡς ἐοικέναι φλεγμονῇ τὴν διάθεσιν αὐτῶν. ταῦτά τοι καὶ ψαυόντων ὀδυνῶνται, καὶ θερμότεροι φαίνονται· ὀδυνῶνται δὲ καὶ ἢν αὐτοὶ καθ᾽ ἑαυτοὺς ἐπιχειρήσωσι κινεῖσθαι. ἀήθεσι δὲ γυμνασίων ἀνθρώποις ὁ τοιοῦτος

ungi defiderant. Quin etiam poftero die, quum e cubili furgunt, ungi his expedit, nunquam tamen oleo fumme frigido, nec dura frictione. Incidit certe hujufmodi laffitudo iis, quibus falubris fuccus eft, poft robuftas potius quam celeres exercitationes, redditque laffatos ipfos pigros admodum aegreque flexibiles. Non tamen hi denfi horrentefque apparent, quemadmodum quos paulo ante comprehendimus, caeterum contracti aridique non minus ipfis apparent; tangentibus vero calidiores videntur non folum iis, quos ulcerofa laffitudo urget, fed etiam quam ipfimet, quum fani effent.

Cap. VII. Tertia laffitudo ex vehementiffimis nafcitur motibus folaque fupra naturalem habitum mufculos attollit fic, ut phlegmonae perfimilis affectus fit. Itaque et levi tactu offenduntur, et calidiores apparent. Dolent vero etiam, fi ipfi per fe moveri conentur. Incidit haec laffitudo iis plurimum, qui affueti exercitationibus non

Ed. Chart. VI. [104. 105.] Ed. Baf. IV. (249. 250.)
κόπος ὡς τὰ πολλὰ συμπίπτει, γυμνάζεσθαι δ᾽ εἰθισμένοις ὀλιγάκις ἐγένετο κατὰ τὰς σφοδροτάτας τε ἅμα καὶ παμπόλλας κινήσεις. ἡ δὲ ἴασις αὐτοῦ τρεῖς ἔχει τοὺς σκοποὺς, οὕσπερ σχεδόν τι καὶ τὰ φλεγμαίνοντα σύμπαντα, κένωσιν τοῦ περιττοῦ, καὶ ἀνάπαυσιν τοῦ συντεταμένου, καὶ ἀνάψυξιν τοῦ φλογώδους. ἔλαιόν τε οὖν πολὺ χλιαρὸν, αἵ τε τρίψεις μαλακώταται, καὶ ἡ ἐν τοῖς εὐκράτοις ὕδασι διατριβὴ πολυχρονιωτάτη τοὺς τοιούτους ἰᾶται κόπους. εἰ δὲ καὶ βραχύ τι χλιαρώτερον εἴη τὸ ὕδωρ, ὀνήσει μᾶλλον. οὕτω δὲ καὶ ἡσυχία πολλὴ, καὶ ἀλείμματα συνεχῆ, καὶ πάνθ᾽ (250) ὅσα τὸ μὲν κεκμηκὸς ἀναπαύει τε ἅμα καὶ παρηγορεῖ, τὸ δὲ περιττὸν διαφορεῖ. [105] τάχα δ᾽ ἄν τις οἰηθείη, τὸν τοιοῦτον κόπον οὐχ ἁπλοῦν, οὐδὲ τρίτον ἐπὶ τοῖς ἔμπροσθεν εἰρημένοις δύο, σύνθετον δ᾽ ὑπάρχειν ἐξ αὐτῶν, οὐδὲν ἔχοντα πλέον τῆς τάσεως τῶν νευρωδῶν σωμάτων καὶ τῆς ἑλκώδους αἰσθήσεως· τὴν γὰρ θερμότητα τοῖς τοιούτοις κόποις ἄλλως μὲν ὑπάρχειν φύσει, καθάπερ καὶ τῶν προειρημένων ἑκατέρῳ, οὐ μὴν συμπληρωτικήν γε

funt; nam exercitari affuetis raro incidit utique ex vehementiffimis plurimifque motibus. Sanationis vero ejus tres funt fcopi, quemadmodum fere et omnium phlegmone obfefforum, nempe fupervacanei vacuatio, extenti requies, et inflammationis refrigeratio. Ergo et oleum copiofum ac tepidum cum frictione molliffima et longiffima in medii temperamenti aquis mora hujufmodi laffitudines emendat. Quod fi paulo tepidior aqua fit, plus proderit. Ad eundem modum multa quies, et unctio affidua, denique omnia, quae id, quod laffatum eft, quiete lenimentoque recreent, ac quod fupervacuum eft, per halitum digerant. Sed putet fortaffe quifpiam, laffitudinem hanc nec fimplicem effe, nec a duabus jam traditis tertiam, fed ex his compofitam, nec aliunde conftantem, quam ex nervofarum partium tenfione et ulceris fenfu; calorem namque in hujufmodi laffitudine alioqui quidem naturaliter ineffe, veluti in memoratarum utraque,

τῆς ἐννοίας ἢ τῆς οὐσίας εἶναι. ἀλλά τοι τό γε τοῦ παρὰ φύσιν ὄγκου τούτῳ τῷ κόπῳ μόνῳ παρὰ τοὺς ἄλλους ἐξαίρετον ὑπάρχει, καὶ τὸ τῆς ἀλγεινῆς αἰσθήσεως οὐχ ὅμοιον ἔν τε τῷ τονώδει κόπῳ καὶ τῷδε. τείνεσθαι μὲν γὰρ ἐν ἐκείνῳ τεθλάσθαί τε τὰ νεῦρα σύμπαντα μέχρι καὶ τῶν ὀστῶν οἱ τούτῳ τῷ κόπῳ κατεχόμενοι νομίζουσι. ὥστε κατά γε ταῦτα διαφοράν τινα ἐξαίρετον ἔχει παρὰ τοὺς ἄλλους δύο κόπους, οὐχὶ σύνθετος μόνον ἐστί. αὗται μὲν δὴ τρεῖς, εἴτε καταστάσεις σώματος, εἴτε διαθέσεις, εἴθ᾽ ὅ τι βούλεταί τις ὀνομάζειν. ἄλλη δ᾽ ἐπ᾽ αὐταῖς τετάρτη, παραπλησία μὲν ὑπάρχουσα κόπῳ, κόπος δ᾽ οὐκ οὖσα, τῷ μήτε τὴν ἑλκώδη, μήτε τὴν τονώδη, μήτε τὴν φλεγμονώδη διάθεσιν ἔχειν, ἀλλὰ μηδὲ φρίκην τινὰ, μηδ᾽ ἄλγημα, μηδὲ τὸν πρὸς τὰς κινήσεις ὄκνον ὅμοιον τοῖς κόποις ἐπιφέρειν, ἰσχνότητα δὲ μόνην ἅμα καὶ ξηρότητα. γίνεται μὲν οὖν ἐν εὐχύμοις τε ἅμα καὶ γυμναστικοῖς σώμασιν, ὅταν ἄμετρον γυμνασθέντα μὴ καλῶς ἀποθεραπευθῇ. διαφορεῖται γὰρ οὕτω τὰ περιττώματα, καὶ χαλᾶται τὰ τεταμένα, καὶ οὐδὲν

nec tamen complendae notionis fubftantiaeve partem effe ullam. Verum illud huic uni egregie prae caeteris ineft, nempe major quam pro naturali habitu tumor, tum quod nec doloris fenfus fimilis in hac et tenfionis laffitudine habetur; quippe in illa tendi, in hac contufos effe usque ad offa nervos univerfos putant, qui ipfa laborant. Quare in his faltem proprium a reliquis duabus difcrimen habet, nec eft compofita tantum. Tres igitur five corporis ftatus, five affectus, five quid aliud dixiffe velis, hi funt. Eft alia quaedam fuper has quarta, fimilis quidem laffitudini, non tamen laffitudo, quod neque ulceris, neque tenfionis, neque phlegmones affectum prae fe ferat: fed nec horrorem ullum doloremve, nec pigritiam ad motus, quemadmodum laffitudines, infert, fed gracilitatem tantum ariditatemque facit. Incidit quidem haec in corporibus boni fucci et exercitationi affuetis, ubi immodice exercitata parum rite apotherapia funt ufa. Quippe ita et digeruntur excrementa, et quae tenfa fuerant,

ἄλλο ὑπολείπεται κατὰ τὸ σῶμα πλὴν ξηρότητος, ἣν ἐκ τῆς ἀμετροτέρας κινήσεως ἔσχον. δεῖται δὲ κατὰ μὲν τὴν πρώτην ἡμέραν οὐδενὸς ἐξηλλαγμένου παρὰ τὰ πρόσθεν, ὅτι μὴ θερμοτέρου τοῦ ὕδατος, ὡς συναγαγεῖν ἀτρέμα καὶ θερμᾶναι καὶ τονῶσαι τὸ δέρμα, κατὰ δὲ τὴν δευτέραν ἀποθεραπευτικοῦ γυμνασίου βραχέος τε ἅμα καὶ μαλακοῦ καὶ βραδέος ἔν τε κινήσεσι καὶ τρίψεσι, καὶ τῆς δεξαμενῆς ὁμοίως θερμῆς. ἐκπηδάτωσαν δ' εὐθέως εἰς τὴν ψυχρὰν ὑπὲρ τοῦ μένειν αὐτοῖς τὸν ἐν τῷ δέρματι τόνον ἅμα θερμότητι. καὶ γὰρ ἧττον ἐν τῷ μετὰ ταῦτα χρόνῳ διαφοροῦνται, καὶ ῥᾳδίως εἴς τε τὰς σάρκας καὶ τὸ δέρμα τὴν τροφὴν ἀναλαμβάνουσιν, οὗ μεῖζον ἀγαθὸν οὐδὲν ἐξεύροις ἂν αὐτοῖς, οὐδεμίαν διάθεσιν ἐξαίρετον ἔχουσι παρὰ τὴν τῆς σαρκὸς ἰσχνότητα καὶ ξηρότητα. δεῖται γὰρ, οἶμαι, τό γε τοιοῦτον ἀνατραφῆναί τε ἅμα καὶ ὑγρανθῆναι, καὶ ταῦτ' ἄμφω κάλλιστ' αὐτῷ γίνεσθαι πέφυκεν ἐκ τῆς ὑγραινούσης τροφῆς.

Κεφ. η'. Ἐπειδὴ δὲ ἅπαξ ἐμνημόνευσα τῆς ἐπὶ τοῖς

laxantur, nec aliud in corpore relinquitur praeter ficcitatem, quam ex immodico motu contraxerunt. Poftulat autem primo die nihil fane diverfum ab iis, quae prius dicta funt, praeter calidiorem aquam, quae fenfim contrahat, et calfaciat, et roboret cutem: fecundo apotherapiac exercitationem, quae tum in motu tum frictione et pauca et mollis et tarda fit: praeterea folium fimiliter calidum. Verum protinus in frigidam exiliant, quo videlicet ipfis robur in cute una cum calore conftet. Nam et minus in fequenti tempore diffolvuntur, et facile in carnem cutemque nutrimentum refumunt, quo majus his commodum nullum profecto invenias, ut qui nullum notabilem affectum praeter carnis gracilitatem ariditatemque habeant. Quippe poftulat (arbitror) tale faltem corpus nutriri fimul ac madefieri; quorum utrumque ex humido nutrimento optimo affequetur.

Cap. VIII. Quoniam vero facta femel mentio de

λουτροῖς διαίτης, οὐ χεῖρον ἂν εἴη καὶ τὰ περὶ τῶν κοπωδῶν διαθέσεων ἐπεξελθεῖν. ὁ μὲν οὖν ἑλκώδης κόπος, εἰ μὲν ἱκανῶς ἀποθεραπευθείη, τῆς συνήθους δεῖται τροφῆς, ἤ τι βραχὺ μείονος, ἔτι δ' ὑγροτέρας τε ἅμα καὶ ἐλάττονος· εἰ δὲ κατὰ τὴν ἀποθεραπείαν εἰς τὴν τετάρτην μεταπέσοι διάθεσιν, (εἴωθε γὰρ οὕτω γίγνεσθαι τὰ πολλά,) κατ' ἐκείνην καὶ λουέσθω καὶ τρεφέσθω. ὁ δὲ τονώδης ἔτι δὴ καὶ μᾶλλον ὀλιγωτέρας δεῖται τῆς τροφῆς· ὁ δὲ φλεγμονώδης ὑπὲρ ἅπαντας ὑγροτάτης τε καὶ βραχυτάτης, καί τι καὶ ψῦχον ἐχούσης. εὐχύμου δ' ὁμοίως ἅπαντες οἱ κεκοπωμένοι δέονται τροφῆς, ὁποίᾳ δηλονότι καὶ ὑγιαίνων ὁ ὑποκείμενος ἐν τῷ λόγῳ νεανίσκος ἐχρῆτο. φυλάττεσθαι [106] δὲ προσήκει τὸ γλίσχρον ἐν αὐτῷ κατά τε τὸν φλεγμονώδη καὶ τὸν ἑλκώδη κόπον, ὡς ἂν κωλῦον διαφορεῖσθαι τὰ περιττώματα. κατὰ μέντοι τὸν τονώδη καὶ τὰ τοιαῦτα σιτία δοτέον, ἀφαιροῦντα τοῦ πλήθους αὐτῶν. οὐδὲν οὖν θαυμαστὸν ἐναντιολογίαν εἶναι

victu poſt balneum eſt, non alienum fuerit et de eo, quod ad laſſitudines pertinet, praecipere. Ulcerofa igitur laſſitudo poſt legitimam apotherapiam conſuetum nutrimentum deſiderat, aut etiam parcius, praeterea humidius. Quod ſi in ipſa apotherapia in quartum migraverit affectum, (ſolet enim ita plerumque fieri,) pro ipſius ratione tum lavetur, tum nutriatur. At quae tenſionem laſſitudo praefert, ea etiam magis, quam ulceroſa, parce nutriri poſtulat. Quae vero phlegmones ſenſum affert, ea ſupra reliquas omnes tum humidiſſimum, tum minimum, tum vero quod refrigerans quippiam habeat, requirit. Boni ſucci tamen nutrimentum omnes, qui laſſitudine gravantur, juxta poſtulant, quali nimirum propoſitus nobis juvenis adhuc integer utebatur. Cavendus tamen in ulceroſa et ea, quae phlegmones ſenſum exhibet, glutinoſus cibus eſt, ceu qui excrementorum digeſtionem moretur. At in tenſionis laſſitudine etiam exhibendum ejuſmodi nutrimentum eſt, auferentibus aliquid de ejus copia. Quo minus mirum eſt, ſi multiplex pugna non plebeiis modo

παμπόλλην οὐκ ἰδιώταις μόνον ἐν ἀλλήλοις, ἀλλὰ καὶ τεχνίταις πρός ἑαυτούς τε καὶ τοὺς ἰδιώτας, οὔτε περὶ γυμνασίων, οὔτε περὶ τρίψεων, οὔτε περὶ λουτρῶν, οὔτε περὶ διαιτημάτων ὁμολογοῦσιν ὑπὲρ τῶν κοπωθέντων. ἀκοῦσαι γοῦν ἔστι τῶν μὲν φασκόντων, ὡς κόπῳ χρὴ λύειν τὸν κόπον, ἑτέρων δὲ, ὡς ἀνάπαυσις ἰᾶται τὸν κάματον, καὶ τῶν μὲν, ὡς ἐνδεῶς χρὴ διαιτᾶσθαι τοὺς κοπωθέντας, ἄλλων δὲ, ὡς οὐ μόνον ἀφαιρεῖν προσήκει τῶν εἰθισμένων, ἀλλὰ καὶ τοσούτῳ πλείω προσφέρειν, ὅσῳ περ ἔτυχον πλείω γυμνασάμενοι, ἀνάλογον γὰρ χρῆναι τοῖς πόνοις προσαίρεσθαι τὰς τροφὰς, ἄλλων δέ τινων, ὡς οὔτε προστιθέναι χρὴ ταῖς τροφαῖς, οὔτ᾽ ἀφαιρεῖν. οὕτω δὲ καὶ λούουσιν, οἱ μὲν εὐκράτοις ὕδασιν, οἱ δὲ θερμοτέροις, οἱ δὲ χλιαρωτέροις. ἥ τε γὰρ ἐμπειρία πρὸς ἐκεῖνο μόνον ἕκαστον ἀπάγει, πρὸς ὅπερ ἔτυχε θεασάμενος πολλάκις, ὅ τε λόγος, ὡς ἂν μὴ τέλειος ὑπάρχων ἑκάστῳ, καθάπερ ἐδείκνυτο πρόσθεν, ἀλλὰ μίαν τινὰ διάθεσιν ἐκδιδάσκων κοπώδη, τὰς δ᾽ ἄλλας ὥσπερ οὐκ οὔσας ὑπερβαίνων, ἐκείνης μόνης

inter fe, fed etiam artificibus et inter fe et cum plebeiis oritur, dum neque de exercitationibus, neque frictionibus, neque balneis, neque victu laffatorum confentiunt. Quippe alios affirmare audias, laffitudinem laffitudine effe abolendam; alios, laborem quiete fanari; alios, parcius nutriendos, qui laffitudine premuntur; alios contra, non modo de confueto nutrimento non demendum quicquam, fed etiam tanto plus adjiciendum, quanto plus fe fatigaverint, ad portionem enim laborum nutrimentum exhibendum; alios rurfus, nec adjiciendum quicquam nutrimenti, nec etiam demendum. Ad eundem modum balneo quoque utuntur, alii ex aquis medii temperamenti, alii calidioribus, alii tepidioribus. Nam et experientia ad id tantum probandum, quod ufu faepe ufurpavit, quemlibet impellit, et praeterea ratio, utpote quam quifque abfolutam non habet, ut fupra dictum eft. Verum, quum unum tantum laffitudinis fenfum traderet, reliquis, ceu non fint,

ἐκδιδάσκει τὴν ἐπανόρθωσιν, ἧς ἔγνω μόνης. ἀληθὲς γοῦν ἐστι καὶ τὸ κόπῳ λύεσθαι τὸν κόπον, ὅταν γε δὴ φαίνηταί ποτε δέον εἶναι τοῖς ἐν τῇ προτεραίᾳ γυμνασίοις ἴσα κατὰ τὴν ὑστεραίαν γυμνάζεσθαι, καὶ τὸ τὴν ἴασιν κόπων ἡσυχίαν ὑπάρχειν. τούτων γὰρ τὸ μὲν ἐν τοῖς περιττωματικοῖς κόποις, καὶ μάλισθ᾽ ὅσοι κατὰ τοὺς μῦς ἔχουσι τὰ περιττώματα, τὸ δ᾽ ἐν τοῖς τονώδεσί τε καὶ φλεγμονώδεσι φαίνεται συμφέρον. ἀληθὲς δὲ καὶ τὸ χρῆναι τοὺς κοπωθέντας ἐνδεῶς διαιτᾶσθαι· τοῦτο γὰρ ὁρᾶται τοὺς φλεγμονώδεις ὠφελοῦν. ἀληθὲς δὲ καὶ τὸ τὰ συνήθη διδόναι· τοῦτο γὰρ ἐπὶ τῶν ἑλκωδῶν, ὅταν ἀποθεραπευθῶσιν, ὀρθῶς τετήρηται γιγνόμενον, ὥσπερ γε καὶ τὸ πλείω λαμβάνειν ἐπὶ τῆς ὁμοιουμένης τοῖς κόποις διαθέσεως, εἰς ἣν κἀκ τῆς ἑλκώδους ἔνιοι μεταπίπτουσιν. οὕτω δὲ καὶ τὸ λούειν εὐκράτοις ὕδασιν ἀληθὲς ἐπὶ τοῖς περιττωματικοῖς κόποις. ἀληθὲς δὲ καὶ τὸ μὴ λούειν τοιούτοις ἐπί τε φλεγμονωδῶν,

praeteritis, ejus tantummodo, quam novit, remedium docuit. Ergo verum eft et quod laffitudine laffitudo folvitur, quum videlicet hefternis exercitationibus pares poftridie adhibendas videtur expediens, et laffitudinis medelam effe quietem. Horum enim duorum primum quidem in iis quae ex congeftis excrementis laffitudines confiftunt, ac praecipue ubi in mufculis excrementa haeferunt, fecundum vero in iis, quae tenfionis et phlegmones fenfum praebent, utile videtur. Jam illud quoque verum eft, qui laffitudine gravantur, eos parcius effe nutriendos; id enim conducere videtur ei, qui phlegmones fenfum praefert. Verum praeterea eft et ex confuetudine effe nutriendum; id namque in ulcerofa laffitudine, ubi recte apotherapia funt ufi, fieri obfervatum eft, ficuti etiam uberius cibandum in eo affectu, quem fimilem laffitudinibus diximus; in quem ex ulcerofa quoque nonnulli transeunt. Simili ratione et medii temperamenti aquis effe lavandum in iis, quae ex redundantia fupervacuorum natae funt, verum fateor; fed nec illud verum negem, ejufmodi aquis non effe utendum nec in ea, quae phleg-

Ed. Chart. VI. [106.] Ed. Baf. IV. (250.)

χλιαρωτέρων γὰρ οὗτοι δέονται, κἀπὶ τῆς ὁμοίας κόπῳ διαθέσεως, οὗτοι γὰρ οὐ χρῄζουσι θερμοτέρων. οἴονται δ' ἔνιοι καὶ τὴν τοιαύτην διάθεσιν εἶναι κόπον. ἕτεροι δέ τινες, ὁποία μέν τίς ἐστιν ἡ διάθεσις, οὐκ εἶπον, ἐφ' ὧν δ' ἂν ὑποψία τις ᾖ γενησομένου κόπου, συμβουλεύουσι θερμοτέρῳ χρῆσθαι τῷ κατὰ τὸ λουτρὸν ὕδατι, καὶ προστιθέασι δὲ τὴν αἰτίαν, ὡς ἡμεῖς ἔμπροσθεν ἔφαμεν, οἱ μὲν ἀναδόσει φάσκοντες, οἱ δὲ θρέψει συντελεῖν τὸ τοιοῦτον λουτρόν, οὐ μὴν καθ' ὅν γέ τινα λόγον οἷαί τε κωλύειν εἰσὶ κόπον ἀναδόσεις καὶ θρέψεις ἐκδιδάσκουσιν, ἀλλ' οὐδὲ τὴν ἀρχὴν ὁποία τίς ἐστιν ἡ τοῦ κόπου διάθεσις, οὐδὲ τοῦτο γράφουσιν. οἱ γοῦν πλείους αὐτῶν οὐδὲν εἶπον, ἔνιοι δὲ τολμήσαντες εἰπεῖν ἀπεφήναντο ξηρότητα. τὸ μὲν οὖν ὑπὸ τροφῆς θεραπεύεσθαι ξηρότητα, καὶ μάλιστα τῆς ὑγραινούσης, ὅπερ οὐδ' αὐτὸ προστιθέασιν οἱ πλείους αὐτῶν, ἀληθέστατον, οὐ μὴν οὔτ' ἴαμα κόπων ἐστὶν οὔτε προφυλακὴ τὸ τοιοῦτον. ἀλλ' ὅταν, ὡς εἴρηται, ξηρότερα μὲν ἀπεργασθῇ τὰ μόρια, μήτε δὲ τάσις ᾖ κατ' αὐτὰ

mones fenfum praefert, quum tepidiores haec defideret, nec iis, qui fimilem laffitudini affectum fentiunt, hi namque calidiores volunt. Sunt et qui eum affectum laffitudinem effe putent. Alii, quinam affectus fit, non dixerunt. In quibufcunque vero fufpicio futurae laffitudinis fubeft, fuadent calidiore aqua in balneo uti, caufamque affignant, ficuti ipfi fupra retulimus, alii diftributioni in corpus, alii nutritioni id genus balnei conducere dicentes, non tamen rationem ullam afferunt, cujus gratia ejufmodi diftributione et nutrimento prohiberi laffitudo poffit. Sed nec omnino, qualis fit ipfe laffitudinis affectus, fcribunt. Nam major eorum pars nihil dixit, qui vero dicere aufi funt, ficcitatem effe definiverunt. Ac quod nutrimentum ficcitati medetur, praefertimque humectans, (quam tamen conditionem major eorum pars non adjecit,) eft fane veriffimum: caeterum nec remedium id nec cautio laffitudinum. Sed quum, uti dictum eft, membra ficciora funt facta, nulla tamen nec tenfio fubeft, nec

μηδεμία, μήτε περιττώματα λεπτὰ καὶ δριμέα, μήτε φλεγ-[107]μονώδης διάθεσις, ἀνατρέφειν δήπου προσήκει τὰ διὰ τὴν κένωσιν ἐξηραμμένα τροφαῖς ὑγραινούσαις, ὡς, εἰ γε μὴ ἀναθρέψειας αὐτάρκως, ἰσχνότερον καὶ ξηρότερον ὄψει κατὰ τὴν ἑξῆς ἡμέραν ἑαυτοῦ τὸ σῶμα. καὶ ταύτην τὴν διάθεσιν ἔνιοι κόπον ὑπο(251)λαβόντες ὑπάρχειν οἴονται θερμοτέρῳ λουτρῷ καὶ τροφῇ δαψιλεῖ κεκωλυκέναι τὴν γένεσιν αὐτῆς. ἀλλ᾽ ἐκεῖνο θαυμάζειν ἐνίων ἄξιον, ὥσπερ καὶ Θέωνος, εἰ τὸν ἤδη γεγενημένον κόπον οὐκ ἀξιοῦσιν ὁμοίως ἰᾶσθαι. εἴτε γὰρ ἣν νῦν εἴρηκα διάθεσιν ὑπολαμβάνει τις εἶναι κόπον, ἀναθρέψει χρὴ λύειν αὐτὸν καὶ κωλύειν γενέσθαι, εἴτε τῶν ἄλλων τινὰ τῶν ὄντως κόπων, ἐνδεέστερον ἐπὶ πάντων χρὴ τρέφεσθαι τὸν ἄνθρωπον, ἔτι τε προςδοκωμένων καὶ ἤδη γεγονότων. οὐδὲ γάρ τοῦτ᾽ ἔστιν εἰπεῖν, ὡς ἥ γε τοιαύτη διάθεσις ἡ παρακειμένη τοῖς κόποις, εἰ μὴ κατὰ τὴν πρώτην ἡμέραν ἐπανορθωθείη δι᾽ εὐτροφίας, εἴς τινα τῶν τριῶν μεταπίπτειν εἴωθεν. εἰ μὲν γὰρ αὐτὸ τοῦτο μόνον εἴη κατ᾽ αὐτὴν ἡ ξηρότης, ἰσχνότητος οὐδὲν

tenue acreque excrementum, nec phlegmonae fimilis affectus, reficere nutrimento humectante expedit, quae exhaufto humore funt ficcata, quando, nifi abunde nutrias, et gracilius et aridius, quam fuerat, poftero die corpus cernes. Atque hunc affectum nonnulli laffitudinem rati, eum exiftimant calidiore balneo et pleniore cibo, ne incidat, prohiberi. Illud tamen quorundam, ficuti etiam Theonis, demiror, fi jam factam laffitudinem fimiliter fanari non putant. Nam five quem modo memoravimus affectum velit quis effe laffitudinem, nutrimento illum et folvere debet, et ne fiat prohibere, five reliquorum quemvis eorum, qui verae laffitudines funt, utique parcius in omnibus hominem nutrire, et quum adhuc inftant, et quum jam occuparunt. Illud enim dici non poteft, talem faltem affectum, qui laffitudini fimilis eft, nifi primo die per nutrimentum plenius corrigatur, in trium aliquam migrare folere. Nam fi ipfa folum ficcitas in eo vifitur, praeter gracilitatem nihil fequetur amplius;

Ed. Chart. VI. [107.] Ed. Baf. IV. (251.)

ἀκολουθήσει πλέον· εἰ δὲ καὶ θερμότητός τι ξυνείη, πυρέξαι κίνδυνος. οὐ μὴν ταὐτόν γ᾽ ἐστὶ κόπος καὶ πυρετὸς, εἰ καὶ ὅτι μάλιστα τῶν κοπωθέντων ἐπύρεξαν ἔνιοι. θαυμάζειν γοῦν ἐπέρχεταί μοι Θέωνος ἐν τῷ τετάρτῳ τῶν κατὰ μέρος γυμνασίων, ἐν οἷς περὶ τοῦ τελείου γυμνασίου διεξέρχεται, τάδε γράφοντος· καὶ κόπου τινὸς τοῖς οὕτω γυμνασθεῖσιν ὡς τὸ πολὺ τῇ ἑξῆς ἡμέρᾳ παρακολουθοῦντος, ἡ ζεστολουσία παραιτεῖται τὴν πρὸς τὸν κόπον ἐπιτηδειότητα, πυροῦσα τὴν ἐπιφάνειαν, ἵνα αὕτη σικύας τρόπον τὴν λαμβανομένην τροφὴν ἐπισπωμένη τοῖς κεκμηκόσι ἀντιδιέληται νεύροις. οὗτος μὲν γὰρ πρὸς τοῖς ἄλλοις ὥσπερ αἴνιγμά τι τὸ ἀντιδιέληται ῥῆμα παρέλαβεν ἐν τῷ λόγῳ. δύναται μὲν γάρ τις ἀκούειν, ἵνα ἡ ἐπιφάνεια σικύας τρόπον ἐπισπωμένη τὴν τροφὴν μέρος ἐξ αὐτῆς τι καὶ τοῖς νεύροις παρέχῃ· δύναται δὲ καὶ τοὐναντίον, ἵνα ἡ ἐπιφάνεια σικύας τρόπον ἐφ᾽ ἑαυτὴν ἀντισπῶσα τὴν ἐπὶ τὰ νεῦρα φερομένην τροφὴν μερίζηται. ὥστε κατὰ μὲν τὸν πρότερον λόγον εἰς εὐτροφίαν τοῖς νεύροις ἐπιτη-

ſi vero caloris quoque quippiam ſimul adſit, jam febricitare metus eſt. Verum non idem ſunt laſſitudo et febris, tametſi maxime eorum, qui laſſitudinem ſenſerunt, nonnullos febris male habuit. Sane Theonem mirari ſubit haec in quarto de particularibus exercitiis, ubi de abſoluto exercitio agit, ſcribentem: *Quum laſſitudo aliqua eos, qui ita exercitati ſunt, poſtero deinceps die fere ſequatur, ferventis aquae lavatio minus laſſitudini obnoxios reddit, ſumma corporis accendens.* Deinde ita ſubjicit: Ἵνα αὕτη σικύας τρόπον τὴν λαμβανομένην τροφὴν ἐπισπωμένη τοῖς κεκμηκόσιν ἀντιδιέληται νεύροις. Is enim praeter alia veluti aenigma quoddam verbum ἀντιδιέληται in contextu appoſuit: poſſis enim ita intelligere, quaſi ſumma corporis cucurbitae more nutrimentum trahentia partem aliquam ejus nervis quoque diſpenſent: poſſis et contra, quaſi ſumma corporis cucurbitae modo id, quod ad nervos ferebatur, alimentum ad ſe trahentia participent; ita nimirum, ut priori ſenſu ad nutritionem uberiorem refectio-

δεῖσθαι θερμανθὲν τὸ δέρμα, (τοῦτο γὰρ ἡγοῦμαι λέγειν αὐτὸν ἐπιφάνειαν,) κατὰ δὲ τὸν δεύτερον εἰς ὀλιγοτροφίαν. ὅσον μὲν οὖν ἐπ᾽ αὐτῇ τῇ ῥήσει, τὴν γνώμην τοῦ Θέωνος οὐκ ἄν τις ἐξεύροι· ἐξ ὧν δ᾽ ἐν ἄλλοις τε λέγει κἀν τῷ ις´ τῶν Γυμναστικῶν, ἐλάττονα τροφὴν βούλεται δίδοσθαι μετὰ τὸ τέλειον γυμνάσιον. καίτοι γ᾽ οὐδ᾽ αὐτὸ τοῦτο διεσάφησε, τίνι ποτὲ λογισμῷ συμβουλεύει. δίδοται γὰρ ἐλάττων τροφὴ τῆς συνήθους ἢ τῷ μὴ δεῖσθαι τῆς ἴσης, ἢ τῷ μὴ δύνασθαι πέψαι. τὸ μὲν οὖν πρότερον οὐκ ἀληθὲς ἐπὶ τῶν πολλὰ γυμνασαμένων, τὸ δὲ δεύτερον ἔστιν ὅτε μὲν ἀληθὲς, ἔστιν ὅτε δὲ ψευδές. εἰ μὲν γὰρ ἀῤῥωστοτέραν ἔχει τὴν πεπτικὴν δύναμιν, ἀληθὲς, εἰ δὲ μὴ ταύτην, ἀλλ᾽ ἑτέραν τινὰ, ψευδές. ἀκούειν δὲ χρὴ πεπτικὴν δύναμιν οὐ τὴν ἐν γαστρὶ μόνον, ἢ φλεψὶν, ἢ καθ᾽ ἧπαρ, ἀλλὰ καὶ τὴν καθ᾽ ἕκαστον μόριον, ὥσπερ ἐν τοῖς παροῦσι τὴν ἐν τοῖς μυσίν· ἐν οἷς δὴ καὶ μάλιστά ἐστιν ἡ διάθεσις, ὑπὲρ ἧς διαλέγομαι. διαφορηθέντες γὰρ ἐπὶ πλέον ἐν τοῖς γυμνασίοις

nemque nervorum conducat excalfacta cutis, quippe hanc arbitror eum per ἐπιφάνειαν, id eſt, ſumma corporis, ſignificare, poſteriore vero ad ὀλιγοτροφίαν, id eſt, parciorem nutritionem. Quantum itaque ex ipſis verbis licet accipere, mentem Theonis non comperias. Ex iis vero, quae tum alibi, tum in ſextodecimo Gymnaſticωn ſcribit, minus nutrimenti poſt abſolutum illud exercitium dari cenſet, quanquam ne id quidem qua ratione inductus ſuadeat, uſquam docuit. Datur enim minus quam ex conſuetudine nutrimentum aut propterea, quod pari opus non eſt, aut quod concoqui id non poſſit. Ac prius quidem in iis, qui plurimum ſe exercitarunt, verum non eſt; poſterius alibi verum, alibi certe falſum eſt. Si cui enim imbecillior concoquendi vis eſt, verum, ſin ſecus, falſum. Inaudienda vero concoquendi facultas eſt non ea modo, quae in ventriculo, aut venis, aut jecinore exiſtit, ſed etiam quae in ſingulis partibus, veluti in iis, de quibus ſermo habetur, muſculis; in quibus utique vel maxime affectus is, de quo diſputo, continetur; quippe largius inter exer-

Ed. Chart. VI. [107. 108.] Ed. Baf. IV. (251.)

ἰσχνότεροί τε καὶ ξηρότεροι γίνονται. εἰ μὲν οὖν ἐπ᾽ ὀλίγον αὐτοῖς ταῦτα συμβαίνει, κατεργάζεσθαι δύνανται τροφὴν, ἧσπερ δέονται· εἰ δέ τι πολὺ τοῦ κατὰ φύσιν ἀποχωρήσειαν, ἀδυνατοῦσιν. ὧν οὐδὲν ὁ Θέων ὅλως οὔτ᾽ ἐνενόησεν, οὔτε διωρίσατο. τὴν ἀρχὴν γὰρ οὐδ᾽ ἐκ λόγου τινὸς, ἀλλ᾽ ἐξ ἐμπειρίας, ὡς καὶ αὐτὸς ὁμολογεῖ, τὸ θερμότερον ὕδωρ ἐπὶ τῷ τελείῳ γυμνασίῳ χρήσιμον ὑπάρχον ἐτήρησεν. [108] οὕτως οὖν ἐφεξῆς γράφει· τοῦτο δὲ, εἰ μὲν καὶ τὸν λόγον ἔχει παρακείμενον, εὐτυχήματος ἔργον, εἰ δὲ μή γε, τὸ πρὸς τῶν ἀποτελεσμάτων ἐπιμαρτυρούμενον οὐ παραδεκτέον, εἰ μὴ καὶ τὸν λόγον ἐξ ἴακρου ἔχει συμπροσπίπτοντα. εἰ μὲν οὖν ἀκριβῶς ἐξευρὼν τὴν διάθεσιν, ἐφ᾽ ἧς τὸ θερμὸν ὕδωρ ἐπαινεῖ, τὴν αἰτίαν ἀγνοεῖν ὁμολογεῖ, συγγνωστὸς ἂν ἦν εἰκότως· ἐπεὶ δ᾽ ἁπλῶς εἶπεν, ἐπὶ τῶν τελείων γυμνασίων ἁρμόττειν τὰς ζεστολουσίας, (οὕτω γὰρ αὐτὴν καὶ ὀνομάζει,) δύνανται δὲ πολλαὶ διαθέσεις ἀκολουθῆσαι τῷ τοιούτῳ γυμνασίῳ, μέμψαιτ᾽ ἄν τις αὐτῷ μὴ διορισαμένῳ περὶ

citandum exhaufti aridiores et graciliores redduntur. Ergo fi haec leviter his contingant, utique conficere, cujus indigent, nutrimentum poterunt; fin multum a natura receflerint, non poterunt. Quorum Theon nullum omnino neque intellexit, neque diftinxit. Omnino enim non ratione aliqua, fed experientia (ficut ipfe fatetur) poft abfolutum illud exercitium calidiorem aquam utilem effe obfervavit. Sic enim deinceps fcribit: *Illud vero, fiquidem rationem habet in promptu, fortunae beneficio ferendum acceptum eft: fin minus, quod effecta teftantur, id non admittendum, nifi quis certam exactamque rationem fimul fe fubjicientem habeat.* Ergo fi plane explorato affectu, in quo calidam laudat, caufam fateretur ignorare, merito dignus venia effet; verum quum citra exceptionem utilem effe abfoluto exercitio in calida lavationem pronunciat, (ita enim hanc appellat,) poffunt autem alii quoque complures affectus id genus exercitationis fequi: accufandus merito eft, quod deinceps fingu-

πασῶν ἐφεξῆς. αὐτὸς γὰρ οἶδε καὶ τὸν φλεγμονώδη κόπον ἀκολουθοῦντα τῷ τοιούτῳ γυμνασίῳ, καθ' ὃν εἰς ὄγκον μείζονα τοῦ κατὰ φύσιν ἐξαίρεται τὰ πεπονηκότα, καὶ τὸν ἕτερον, ὃν ἕνα γράφει, τῷ κοινῷ συμπτώματι προσέχων τὸν νοῦν, ὅπερ ἀντίκειται τῷ παρὰ φύσιν ὄγκῳ. λεπτότεροι μὲν γὰρ ἐν τοῖς ἄλλοις δύο κόποις ἀποτελοῦνται, καὶ προσέτι γε τῇδε τῇ διαθέσει, περὶ ἧς ὁ λόγος συνέστηκεν. ἀλλ' οὐχ, ὥσπερ ἓν κοινὸν σύμπτωμα τῶν τριῶν διαθέσεών ἐστιν, οὕτω καὶ ἡ διάθεσις μία. κατὰ μὲν οὖν τὴν ἐπὶ τῇ τάσει τῶν νευρωδῶν σωμάτων οὐ χρὴ λούειν θερμοτέρῳ τοῦ συνήθους· οὕτω δὲ οὐδὲ κατὰ τὴν ἐπὶ τοῖς περιττώμασι· κατὰ δὲ τὴν ἄνευ τούτων ἰσχνότητα συμφέρει λούειν θερμοτέρῳ τοῦ συμμέτρου· γίνεται γαρ ἡ διάθεσις αὕτη, διαφορηθέντων ἐπὶ πλέον ἐν τοῖς γυμνασίοις τῶν σωμάτων, οὕτως ὡς ἐν ταῖς μακροτέραις ἀσιτίαις εἴωθε συμβαίνειν. ὥστε καὶ ἡ ἐπανόρθωσις αὐτῶν προσθέσει τε καὶ ἀναπληρώσει τοῦ κενωθέντος ἐστίν. οὐ δύναται δ' αὕτη γενέσθαι, τοῦ δέρματος

los non difcreverit. Ipfe namque novit, etiam laffitudinem, quae phlegmones fpeciem exhibet, huic exercitationi fupervenire, fub qua nimirum in majorem quam pro natura molem attolluntur fatigatae partes; etiam alteram, quam unam fcribit utique generali fymptomati attentus, quae moli, quae eft praeter naturam, contraria exiftit; quippe graciliores in reliquis duabus laffitudinibus redduntur, atque etiam in eo affectu, de quo agitur. Caeterum non quemadmodum trium affectuum unum fymptoma commune eft, ita et affectus unus eft. Ac in eo quidem, qui ex nervofarum partium tenfione confiftit, calidiore quam ex confuetudine lavari non oportet. Simili ratione nec in iis, quos excrementa excitarunt. In gracilitate vero, quae fine his confiftit, expedit calidiore aqua, quam quae mediocriter fe habeat, lavari. Contrahitur namque hic affectus, exhaufto vehementius inter exercitandum corpore, eo modo quo in diutina fame accidere folet. Itaque etiam fic affectorum refectio in appofitione, et quod detractum eft, repofitione confiftit; id quod

ἀραιοῦ μένοντος. συναγαγεῖν οὖν αὐτὸ χρὴ, καὶ πυκνῶσαι, καὶ σφίγξαι πρότερον, εἰ μέλλοι τι τῆς δαψιλοῦς τροφῆς ὄφελος ἔσεσθαι. συνάγει δὲ καὶ στέγει τό τε ψυχρὸν ὕδωρ καὶ τὸ ζέον. ἀλλ᾽ ὑπὸ μὲν τοῦ ψυχροῦ κίνδυνος βλαβῆναι τὸν ἄνθρωπον, ἀραιότερόν τε ἅμα καὶ κενὸν ἐπὶ τῷ πλήθει τῶν γυμνασίων γεγενημένον· ὑπὸ δὲ τοῦ ζέοντος βλάβη μὲν οὐδεμία, πυκνότης δ᾽ ἀσφαλὴς ἐγγίνεται τῷ δέρματι, συνεπιλαμβανούσης τι καὶ τῆς ἐγκαταλειπομένης αὐτῷ θερμότητος. ὅθεν οὐδὲ χρονίζειν ἐπὶ πλέον ἐν τῷ ψυχρῷ προσήκει τὸν οὕτως λουσάμενον, ἀλλ᾽, ὥσπερ αὐτὸς ὁ Θέων τοῦτό γε παρετήρησεν ὀρθῶς, φυλακτέον ἐστὶ τὴν ἐν τῷ ψυχρῷ διατριβὴν, ὡς τὴν ἐκ τῆς ζεστολουσίας ἀναλύουσαν ὠφέλειαν. ἡ δὲ αἰτία τοῦ σφαλῆναι τὸν Θέωνα, τὸ μιᾷ διαθέσει συμφέρον ὡς πάσαις ἁρμόττον γράφοντα, τῶν γυμναζομένων ὑπ᾽ αὐτοῦ σωμάτων ἡ ἕξις ἐστίν. ἀθλητὰς γὰρ ἐγύμναζε τοὺς μετὰ τὸ τέλειον γυμνάσιον, εἰς μὲν τὴν τετάρτην διάθεσιν ἑτοίμως ἐμπίπτοντας, εἰς δὲ τὴν τρίτην σπανιάκις. ὅπερ οὖν ἐθεάσατο πολλάκις, ὡς διηνεκὲς

certe accidere cute adhuc rara nequit. Cogere ergo hanc denfareque ac adftringere prius oportebit, fi qua plenioris nutrimenti expectanda eft utilitas. Sane cogit clauditque tum frigida, tum fervens aqua. Verum a frigida laedi hominem metus eft, utpote qui jam ex multa exercitatione et rarior eft redditus, et vacuus. Ex ferventi ut noxa certe nulla, ita fecura in cute denfitas paritur, ipfo, qui in ea derelinquitur, calore nonnihil etiam conferente. Unde nec immorari in frigida nimium debet, qui ita eft lavatus, fed, veluti id faltem recte a Theone obfervatum eft, cavere in frigida moram, ut quae ferventis lavationis commoda fruftretur. Sane ita errare Theonem, ut, quod uni affectui conveniebat, omnibus quadrare praeciperet, in caufa erat corporum, quae exercitabat, habitus. Siquidem athletas exercuit, qui ex abfoluto illo exercitio in quartum erant affectum proclives, in tertium raro incidebant. Itaque, quod faepe obferva-

ἔγραψεν. εἰ δὲ καὶ κακοχύμους, ἢ καχέκτους, ἢ ἀήθεις γυμνασίων, ἢ ἀσθενεῖς, ἢ μὴ νεανίσκους ἐγύμναζε, σπανιάκις μὲν εἰς τὴν τοιαύτην διάθεσιν ἐμπίπτοντας ἐθεάσατο, μυριάκις δ' εἰς τὰς ἄλλας. ἢ τοῦτο μὲν καὶ λέγειν ἴσως περιττὸν, αὐτὸς γὰρ ὁμολογεῖ μετὰ τὰ κατασκευαστικὰ γυμνάσια χρῆσθαι τῇ ζεστολουσίᾳ· τὰ δὲ τοιαῦτα γυμνάσια μόνοις ἀθληταῖς ἐπιτηδεύεται. καίτοι φησί τις, ὡς ἐκείνοις μὲν ἑκοῦσι, καὶ κατὰ περίοδον, ἄλλοις δὲ πολλοῖς ἢ δι' ἀνάγκην, ἢ φιλονεικίαν, ἤ τι τοιοῦτον ἕτερον. ἀλλ' ἐπί γε τῶν τοιούτων ἐπὶ τοῖς ἀμέτροις γυμνασίοις ἀνάγκη πρότερον ἢ καὶ μίαν, ἢ καὶ πλείους συστῆναι κόπων διαθέσεις. ὥστε μόνοις τοῖς εὐεκτικοῖς σώμασιν ἡ τετάρτη γίγνεται διάθεσις· [109] οἷά πέρ ἐστι τά τε τῶν καλῶς ἀγομένων ἀθλητῶν, καὶ τοῦ νῦν ἡμῖν ἐν τῷ λόγῳ προκειμένου νεανίσκου. καὶ εἴ τις ἁπλῶς ἀποφαίνοιτο, μετὰ σφοδρότατα γυμνάσια τὴν τοῦ θερμοτέρου λουτροῦ χρῆσιν ἐπιτήδειον ὑπάρχειν, ἐπὶ μιᾶς μὲν ἀληθεύσει καταστάσεως, ἐπὶ τριῶν

verat, ceu perpetuum prodidit. Quod fi aut vitiofi fucci homines, aut mali habitus, aut exercitiorum inexpertes, aut imbecillos, aut minime juvenes exercuiffet, in ejusmodi quidem raro, in reliquos vero affectus faepiffime incidere vidiffet. An et hoc quoque dicere fortaffe eft fupervacuum, cum ipfe quoque fateatur, poft praeparatorium exercitium ferventi effe balneo utendum? Id vero exercitationis genus folis athletis in ufu eft. Atqui dicat aliquis, illos fponte et quodam circuitu, alios vero multos vel neceffitate, vel vincendi ftudio, vel propter alia id genus ejufmodi exercitationem fufcipere. Verum hi faltem poft immodicos labores neceffe eft vel unum, vel plures laffitudinum affectus prius contrahant. Itaque iis duntaxat corporibus, quae bona habitudine funt, quartus affectus incidit: cujufmodi funt tum athletarum, qui bene funt nutriti, tum propofiti nunc in difputatione juvenis. Et quifquis abfolute pronunciabit, poft vehementiffimas exercitationes calidioris folii ufum effe idoneum, is ut in uno certe ftatu verum affirmabit, ita in tribus plane fal-

δὲ ψεύσεται. πολλὰ δὲ καὶ ἄλλα τοιαῦτα (252) καθ᾽ ὅλην τὴν ὑγιεινὴν πραγματείαν ἰατροῖς τε καὶ γυμνασταῖς γέγραπται ψευδῆ. κεφάλαιον δ᾽ αὐτῶν ἐστι τὸ τῆς τηρήσεως ἀδιόριστον, ὅταν, ὅπερ ἐπὶ μιᾶς ἕκαστος ἐθεάσατο διαθέσεως, ἐπὶ πολλῶν ἀναγράφῃ.

Κεφ. θ΄. Καὶ μὲν δὴ καὶ ἔτι τίς ἐστι διάθεσις ἐγγύς τι ταῖς προειρημέναις, ἣν ὀνομάζω στέγνωσιν, ὑπὲρ ἧς, ἐπειδὰν συμπεραίνωμεν τὸν ἐπὶ τοῖς κόποις λόγον, ἐφεξῆς ἐρῶ. αἱ μὲν γὰρ ἁπλαῖ διαφοραὶ τρεῖς αὐτῶν εἰσιν, ὑπὲρ ὧν ἤδη μοι λέλεκται· κατὰ σύνδυο λαμβανομένων ἄλλαι γίνονται τρεῖς. ἑβδόμη δ᾽ ἐπὶ πάσαις ἐστὶν ἡ τῶν τριῶν ἅμα συνερχομένων. ἡ μὲν διάγνωσις αὐτῶν ἐστιν ἀπὸ τοῦ συνδυάζεσθαι τὰ γνωρίσματα, σκοπὸς δὲ τῆς ἐπανορθώσεως, ὁ μὲν κοινὸς ἁπασῶν, ἀποβλέποντα πρὸς τὸ ἐπικρατοῦν μηδὲ τοῦ λοιποῦ παντάπασιν ἀμελεῖν, ὁ δ᾽ ἴδιος ἐπὶ τῷ κοινῷ κατὰ τὰς ἐν μέρει διαθέσεις λαμβάνεται. πάσας μὲν οὖν ἐπέρχεσθαι τὰς συζυγίας μακρὸν, ἕνεκα δὲ σαφηνείας ἐπὶ

letur. Sunt vero per univerſam tuendae valetudinis artem et alia non pauca, quae tum medici, tum gymnaſtae falſo prodiderunt: quorum unum omnium caput eſt confuſa indiſcretaque obſervatio, dum, quod in unico quiſque notavit affectu, id multis tribuit.

Cap. IX. Quin etiam affectio quaedam eſt praedictis proxima, quam ipſe adſtrictionem appello, de qua, quum de laſſitudinibus diſputationem abſolvero, mox dicam. Simplices enim earum differentiae tres ſunt, de quibus jam egimus; poſt has ex binis copulatis aliae ſiunt tres. Ab iis vero ſeptima eſt, ubi tres ſimul in unum coëunt. Cognitio autem ipſarum ab indiciorum conjunctione pendet. Remedii vero commune in omnibus conſilium eſt, ut ei, quod ſuperat, ſis intentus, nec tamen, quod reliquum eſt, plane contemnas. Proprium vero cum eo, quod commune eſt, ab ipſis membratim affectibus accipiendum eſt. Ac univerſas quidem conjugationes percurrere longum ſit, ſed quod ad claritatem

μιᾶς ὡς παραδείγματος ὁ λόγος περανθήσεται. ἐὰν τοίνυν ὄγκος τε ἅμα περὶ τοὺς μῦς ὑπάρχῃ, καὶ τεθλάσθαι δοκῶσιν αὐτοὶ, καὶ ἢ ἑλκώδης αἴσθησις, ἢ φλεγμονώδης κόπος ἅμα τῷ περιττωματικῷ κατειλήφῃ τὸν ἄνθρωπον, ἡ ἀποθεραπεία γενήσεται στοχαζομένη μὲν ἀμφοῖν, ἀλλὰ μᾶλλον τοῦ μείζονος. οὐχ ἁπλῆ δ᾽ ἐν ἅπασι τοῖς οὖσιν ἡ τοῦ μείζονος φύσις, ἀλλ᾽ ἡ μὲν κατὰ δύναμίν τε καὶ τὸ οἷον ἀξίωμα τοῦ πράγματος, ἡ δὲ κατὰ τὴν οἰκείαν οὐσίαν. ἀξιώματι μὲν οὖν καὶ δυνάμει μείζων ἐστὶν ὁ φλεγμονώδης κόπος τοῦ περιττωματικοῦ· κατὰ δὲ τὴν οἰκείαν οὐσίαν ἑκάτερος αὐτῶν οὕτω δύναται γενέσθαι μέγας τε καὶ μικρὸς, ὡς εἰ καὶ κατὰ μόνας ἑκάτερος ἦν. εἰ μὲν οὖν ἴσον ἐξέστηκε τοῦ κατὰ φύσιν ἑκάτερος, ὁ φλεγμονώδης ἐφ᾽ ἑαυτὸν ἐπισπάσεται τὸ κῦρος τῆς θεραπείας, ἐπικρατῶν γε κατὰ δύναμιν· ἂν δ᾽ ὀλίγον μὲν ὁ φλεγμονώδης, πλεῖστον δ᾽ ὁ ἑλκώδης ἀποκεχωρήκῃ τῶν κατὰ φύσιν, ἐπισκεπτέον, εἴτε τοσοῦτον ὑπερέχει κατὰ τὸ μέγεθος ὁ ἑλκώδης, ὅσον ὁ φλεγμονώδης

fit fatis, in una tanquam exemplo res peragetur. Si igitur et intumuiffe mufculi cernuntur, et contufi putantur, praeterea vel ulceris fenfus, vel phlegmonofa laffitudo una cum excrementofa hominem male habet, apotherapia utendum, quae utrumque refpiciat, magis tamen id, quod eft majus. Non eft autem in omnibus rebus unius rationis ipfius majoris natura, fed alibi pro viribus et quafi dignitate rei, alibi pro ipfius propria effentia fpectanda. Ac dignitate quidem et viribus major laffitudo eft, quae phlegmones fpeciem refert, quam excrementofa; utraque tamen ipfarum fic propriae ratione effentiae magna parvaque effe poteft, ut fi utraque fola feorfum confifteret. Si igitur utraque pari intervallo a naturali habitu receffit, quae phlegmones fimilis eft, praecipuam curationis folicitudinem ad fe convertet, utpote dignitate pollens. Sin exigue, quae phlegmonen, plurimum, quae ulceris fenfum repraefentat, a naturali habitu receffit, aeftimandum, num tantum fuperet magnitudine ulcerofa, quantum quae phlegmonae fimilis eft, viribus, an minus,

κατὰ δύναμιν, εἴτ᾽ ἔλαττον, εἴτε μεῖζον, καὶ οὕτως ἐξευρίσκειν τὸν ἐπικρατοῦντα· κἂν ἰσοσθενεῖς δέ ποτε φαίνωνται, πρὸς ἀμφοτέρους ὁμοίως ἀποβλεπτέον. αὕτη μὲν οὖν ἡ μέθοδος ἔστω σοι κοινὴ πασῶν τῶν ἐπιπεπλεγμένων διαθέσεων. ὥσπερ δ᾽ οἱ κόποι τρεῖς ὄντες, εἶτ᾽ ἀλλήλοις ἐπιπλεκόμενοι, τέτταρας ποιοῦσι τὰς συζυγίας, οὕτως, εἰ καὶ τὴν τετάρτην αὐτοῖς ἐπιπλέξειέ τις διάθεσιν, αἱ συζυγίαι πολλῷ πλείους γενήσονται. μάθοις δ᾽ ἂν ἐναργῶς, ὃ λέγομεν, ἐπὶ διαγράμματος. ἔστω δ᾽ ἐν αὐτῷ πρώτη μὲν διάθεσις ἡ ἑλκώδης· δευτέρα δὲ ἡ τονώδης· τρίτη ἡ φλεγμονώδης· τετάρτη ἡ τῆς ἰσχνότητος. ἢ τοίνυν ἡ πρώτη μετὰ τῆς δευτέρας συστήσεται διαθέσεως, ἢ μετὰ τῆς τρίτης, ἢ μετὰ τῆς τετάρτης· ἢ πάλιν ἡ δευτέρα μετὰ τῆς τρίτης, ἢ τῆς τετάρτης· ἢ πάλιν ἡ τρίτη μετὰ τῆς τετάρτης. ὥστ᾽ εἶναι τὰς πάσας ἓξ συζυγίας, ἅμα σύνδυο λαμβανομένων τῶν διαθέσεων, [110] ἄλλας δ᾽ αὖ τέτταρας, ὅταν ἅμα τρεῖς ἐπιπλέκωνται διαθέσεις ἀλλήλαις. ἤτοι γαρ ἡ πρώτη μετὰ τῆς δευτέρας καὶ τρίτης, ἢ μετὰ τῆς δευτέρας καὶ τετάρτης, ἢ μετὰ τῆς τρίτης τε καὶ τετάρτης

an magis, atque ita quod pollet explorare. Quod fi aequaliter pollentes videris, pari ftudio eft utrique confulendam. Atque haec methodus communis tibi fit omnium conjugatorum affectuum. Sicuti vero laffitudines ipfae numero tres, fi invicem conjungas, quatuor conjugationes efficiunt, ita fane, fi quartum his affectum adjungas, multo plures exiftent. Quod dicimus, ex defcriptione licet clarius intelligas. In ea primum locum ulcerofus habeat; fecundum, in quo tenfio eft molefta; tertium, qui phlegmonae fimilis eft; quartum gracilitatis. Ex his igitur aut primus cum fecundo conjungetur, aut cum tertio, aut cum quarto; aut rurfus fecundus cum tertio vel quarto; aut denique tertius cum quarto; ita nimirum, ut ex binis conjunctis affectibus fex in univerfum complexiones oriantur. Rurfus, quum tres una mifcueris, quatuor aliae fiunt. Nam aut primum junxeris cum fecundo et tertio, aut cum fecundo et quarto, aut cum tertio et quarto, aut rurfus fecundum cum tertio et

πάλιν. ὑστάτη δὲ πασῶν ἐπιπεπλεγμένη διάθεσις ἔσται, τῶν τεττάρων ἅμα διαθέσεων ἀλλήλαις μιγνυμένων. ὥστ᾽ εἶναι τὰς πάσας ἕνδεκα τὸν ἀριθμόν. ἦσαν δέ γε καὶ αἱ τῶν ἁπλῶν τέτταρες. γενήσονται τοίνυν αἱ σύμπασαι πεντεκαίδεκα· πρώτη ἑλκώδης, δευτέρα τονώδης, τρίτη φλεγμονώδης, τετάρτη ἰσχνότης, αβ, αγ, αδ, βγ, βδ, γδ, αβγ, αβδ, αγδ, βγδ, αβγδ. εἰ δὲ καὶ τὰς τῆς στεγνώσεως διαφορὰς ἐπιπλέκοις ἀλλήλαις τε καὶ ταῖς πεντεκαίδεκα, παμπληθεῖς ἑτέρας ἐργάσῃ συζυγίας. εἰ δὲ καὶ τὰς τῆς ἀπειψίας αὐταῖς, ἢ τὰς ἐπὶ τοῖς ἀφροδισίοις, ἢ ταῖς ἐγκαύσεσιν, ἢ ταῖς ἀγρυπνίαις, ἢ ταῖς λύπαις ἐπιπλέξειας καταστάσεις τοῦ σώματος, οὐδ᾽ ἀριθμηθῆναι ῥᾳδίως ἅπασαι δυνήσονται. καὶ οὔπω λέγω τὰς τῆς πληθώρας, ἢ κακοχυμίας, ἢ ἐπισχέσεως γαστρὸς, ἢ διαῤῥοίας, ἢ ἐμέτων, ἢ βάρους κεφαλῆς, ἤ τινος ἄλλου μέρους, ἢ ὅλως ὅσαι κατά τι σύμπτωμα συνίστανται· λεχθήσεται γὰρ αὖθις ὑπὲρ τῶν τοιούτων ἁπάντων. ἀλλὰ νῦν γε τούτου χάριν ἐπεμνήσθην αὐτῶν, ὑπὲρ τοῦ δεῖξαι

quarto. Poftrema omnium complexionum erit, ubi quatuor fimul coierint, ita ut undecim numero in totum fiant. Erant vero et fimplices quatuor. Efficiuntur itaque in univerfum quindecim. Simplices affectus: ulcerofus primus, tenfionis fecundus, in quo phlegmones fenfus eft, tertius, gracilitatis, quartus; *compofiti: AB, AC, AD, BC, BD, CD, ABC, ABD, ACD, BCD, ABCD.* Quod fi praeterea adftrictionis differentias tum invicem, tum vero cum his quindecim complicueris, alias rurfus complexiones effeceris plurimas. Si vero eos quoque corporis ftatus, qui aut cruditate, aut venere, aut deuftione folis, aut vigilia, aut triftitia incidunt, adjunxeris, ne numero quidem univerfas facile complectare. Praetereo nunc corporis conftitutiones illas, quae funt vel a plethora, vel a cacochymia, vel ab alvi fuppreffione aut fluxu, vel a vomitu, vel a capitis gravitate, vel a partis cujufpiam alterius affectu, vel in fumma quaecunque in fymptomate aliquo confiftunt; dicetur enim poft de ejufmodi omnibus. Nunc vero idcirco eorum maxime

Ed. Chart. VI. [110.] Ed. Baf. IV. (252.)

τὸ πλῆθος τῶν ἐπιπλοκῶν ὁπόσον ἐστί. θαυμάσαι γὰρ οἷόν τ' ἐστί τινα τοὺς ἐπὶ τοῖς ἀθροίσμασιν αὐτῶν, ἃ ὀνομάζουσι συνδρομὴν, ἤτοι θεραπείαν, ἢ πρόγνωσιν τῶν ἀποβησομένων ἐπαγγελλομένους τετηρηκέναι. καθ' ἕνα γὰρ τρόπον οἷόν τ' ἐστὶ καὶ προγνῶναι, καὶ θεραπεῦσαι δεόντως, ὡς Ἱπποκράτης ἐδίδαξεν, ἑκάστου τῶν ἁπλῶν πραγμάτων ἀξιῶν ἐπίστασθαι τὴν δύναμιν, ὡς ἐγὼ νῦν ἐπέδειξα περὶ τεττάρων διαθέσεων. εἰ μὲν γὰρ ἑκάστη καθ' ἑαυτὴν συσταίη, τὴν ἐπανόρθωσιν ἁπλῆν ἐνδείξεται· μιχθεῖσα δ' ἑτέρᾳ, κατὰ τὴν ὀλίγον ἔμπροσθεν εἰρημένην μέθοδον, ὑπὲρ ἁπασῶν τῶν ἐπιπεπλεγμένων διαθέσεων.

Κεφ. ι'. Ὁπότ' οὖν οὕτω φαίνεται τοῦτ' ἔχειν, ἰτέον ἐπὶ τὰς ἁπλᾶς διαθέσεις, ὧν ἐφεξῆς ταῖς εἰρημέναις ἦσαν αἱ κατὰ στέγνωσιν· οὕτω δ' ὀνομάζω τὴν βλάβην τῶν πόρων, ἐφ' ᾗ κωλύεται διαφορεῖσθαι τὰ περιττώματα. γίνεται δ' αὕτη δι' ἔμφραξιν, ἢ πύκνωσιν, ἣν δὴ καὶ μύσιν ὀνομάζουσι τῶν πόρων. ἔμφραξις μὲν οὖν ὑπὸ γλίσχρων καὶ

memini, ut complexionum multitudinem, quanta effet, indicarem. Mirari enim licet eos, qui de concurfu horum, quem fyndromen vocant, vel curationem, vel eventorum praedictionem obfervaffe fe praedicant. Unica namque ratione et praefagire et commode mederi fas eft: utique, ficut Hippocrates docuit, ubi fimplicis cujufque negotii fciendam vim effe cenfebat, veluti ipfe nunc in quatuor affectibus praemonftravi. Unusquifque enim, fi per fe confiftat, fimplex remedium exiget; fin alteri fit conjunctus, pro ea methodo, quam paulo fupra de omnibus conjunctis affectibus praefcripfimus, emendabitur.

Cap. X. Ergo, quum haec ita fe habeant, redeundum rurfus ad fimplices affectus eft: quorum jam dictos proxime fequuntur ii, qui funt ab aftrictione (voco ita meatuum cutis vitium, quo tranfmitti fupervacua prohibentur). Incidit hic affectus, aut obftructis meatibus, aut denfatis. Sane denfationem ejufmodi conniventiam appellant. Ac obftructio quidem ex lentis craffisque excre-

Ed. Chart. VI. [110. 111.] Ed. Bas. IV. (252.)

παχέων γίνεται περιττωμάτων, ἀθροώτερον ὁρμησάντων ἐπὶ τὸ δέρμα, πύκνωσις δὲ ὑπό τε τῶν στυφόντων καὶ ψυχόντων. ἀλλ' ἐμφράξει μὲν ἁλῶναι τὸ προκείμενον ἐν τῷ λόγῳ σῶμα, κατὰ τὴν εἰρημένην ἐπιμέλειαν ἀγόμενον, οὐκ ἐγχωρεῖ, πυκνωθῆναι δὲ δύναταί ποτε διά τε κρύος καρτερὸν καὶ λουτρὸν στυπτηριῶδες. ἐγχωρεῖ δέ ποτε καὶ μετὰ βαλανεῖον, ἢ ἱδρῶτα, καὶ ἄλλως ἀραιοῦ τοῦ δέρματος ἔκ τινος ἑτέρας αἰτίας γενομένου, καταπνεύσασαν αὔραν ἔμφραξίν τέ τινα καὶ πύκνωσιν ἀποτελέσαι. διαγινώσκεται μὲν οὖν ἡ εἰρημένη διάθεσις, εὐθὺς μὲν ἀποδυνόντων ἀχροίᾳ τε λευκῇ καὶ σκληρότητι καὶ πυκνώσει τοῦ δέρματος, κατὰ δὲ τὸ γυμνάζεσθαι τῷ δυσεκθερμάντῳ. οὔτε γὰρ ἱδροῦσιν ὁμοίως ὡς πρόσθεν, οὔτ' εὐχροοῦσιν, ἀλλ' εἰ καί τις βιάσαιτο τῇ εὐτονίᾳ τῶν γυμνασίων ἱδρῶτός τι προκαλέσασθαι, καὶ μείων οὗτος γίνεται τοῦ συνήθους, καὶ ψυχρότερος, καὶ ἧττον ἀτμώδης. ἡ δ' ἴασις τῆς τοιαύτης διαθέσεως θέρμανσίς ἐστιν· ἐναντίον γὰρ [111] τοῦτο τῇ ψύξει. συντονω-

mentis oritur, dum confertim ad cutim ruunt; densitas tum ab iis, quae adstringunt, tum quae refrigerant. Verum obstrui propositi nobis corporis cutis, si ad praescriptam rationem rite agatur, non potest; densari certe aliquando potest tum ex valido frigore, tum aluminoso balneo. Fieri autem potest, ut et post balneum sudoremve atque aliam alioqui ob causam laxatae prius cuti aurae flatus incidens obstructionem quampiam densationemque efficiat. Ac deprehenditur quidem jam dictus affectus protinus, ubi se exuerint, ex colore albo et cutis tum duritie tum densitate, in ipsa vero exercitatione ex eo, quod aegre incalescant: neque enim, ut prius, aeque sudant, nec bonum colorem in summa cute ostendunt; imo, si quis eos valentiore exercitatione sudoris quippiam emittere cogat, et minor hic, quam ex consuetudine, et frigidior exit minusque halitui similis. Remedium hujus affectus calefactio est: quippe ea frigiditati contraria est.

τέροις τε γυμνασίοις χρηστέον ἐστὶ καὶ βαλανείοις θερμοτέροις. ἄμεινον δὲ καὶ καλινδεῖσθαι κατὰ τὸν πρῶτον οἶκον ἐπὶ ἐλαίου λιπαρῶς. ἔστω δὲ καὶ τὸ ἔλαιον τῶν χαλαστικῶν, οἷόν πέρ ἐστιν ἐν Ἰταλίᾳ τὸ Σαβῖνον· ἄμεινον δ᾽ ἐπὶ τῶν τοιούτων διαθέσεων ἐτῶν εἶναι δύο ἢ τριῶν αὐτὸ, καὶ γὰρ λεπτομερέστερον τοῦτο καὶ θερμότερον. ἡ δὲ ἐν τῇ ψυχρᾷ κολυμβήθρᾳ διατριβὴ μὴ πολυχρόνιος γενέσθω, μηδ᾽ αὐτὸ τὸ ὕδωρ ἄγαν ἔστω ψυχρόν. ἐνδύεσθαι δὲ μέλλοντες ἀλειφέσθωσάν τινι τῶν μετρίως θαλπόντων, ἐλαίων μὲν, ὅσα γε κατ᾽ Αἴγυπτόν εἰσι, κικίνῳ τε καὶ ῥαφανίνῳ, κατὰ δὲ τὴν ἄλλην οἰκουμένην τῷ γλυκεῖ καὶ λεπτομερεῖ καὶ μετρίως παλαιῷ, μύροις δὲ Σουσίνῳ τε καὶ γλευκίνῳ καὶ ἰρίνῳ καὶ ἀμαρα(253)κίνῳ καὶ Κομμαγηνῷ. τὸ μὲν δὴ γλεύκινον ἀκριβῶς ἐστιν ἄκοπον καὶ χαλαστικὸν, ὥστε καὶ τοῖς ἰσχυρῶς κοπωθεῖσιν ἐπιτήδειον ὑπάρχει· βραχὺ δὲ αὐτοῦ τὸ Σούσινον θερμότερον καὶ χαλαστικώτερον· ἴρινον δὲ καὶ ἀμαράκινον καὶ Κομμαγηνὸν ἱκανώτερον τούτου θερμῆναι, ὥστε καὶ ταῖς καλουμέναις ἰδίως ψύξεσι χρήσιμα

Valentiore ergo exercitatione ac balneo calidiore utendum. Magis quoque ad rem pertinebit, fi in prima domo pinguiter in oleo volutetur. Efto vero oleum ex eo genere, quod relaxet, cujufmodi eft in Italia Sabinum; quod utique ad ejufmodi affectus etiam eft utilius, fi bimum trimumve fit. Id namque tum tenuius, tum calidius fuerit. Mora vero in frigido folio diuturna ne fit; fed nec aqua ipfa admodum frigida. Induendi vero ungantur aliquo, quod mediocriter calfaciat; oleis quidem, ex iis quae in Aegypto habentur, cicino et raphanino, in reliquo vero orbe dulci, tenui ac modice antiquo, unguentis vero, Sufino, gleucino, irino, amaracino et Commageno. Atque ex his gleucinum quidem prorfus acopum eft ac relaxans: itaque etiam iis, quos vehemens laffitudo infeftat, eft utile; paulo hoc calidius magifque relaxans Sufinum eft. Irinum vero et amaracinum et Commagenum, etiam Sufino calefacere potentiora, iis affectibus, qui proprie frigiditates dicuntur, funt idonea.

τετύχηκεν ὄντα. τὰς μέντοι πυκνώσεις τοῦ δέρματος αὐτάρκως ἰᾶται καὶ τὸ ἀνήθινον ἔλαιον, καὶ μάλιστ' εἰ χλωρὸν εἴη τὸ ἄνηθον. ἁρμόττει δὲ ταῖς τοιαύταις διαθέσεσιν, ὥσπερ οὖν καὶ τοῖς ἰσχυροῖς κόποις, τὸ διὰ τοῦ σπέρματος τῆς ἐλάτης ἄκοπον· εἰρήσεται δὲ ἐν τοῖς ἑξῆς, ὅπως χρὴ σκευάζειν αὐτό. νυνὶ μὲν γάρ μοι δοκῶ καὶ ταῦτα περαιτέρω τῆς ὑποθέσεως εἰρηκέναι. τῷ γὰρ ἄριστα κατεσκευασμένῳ τὸ σῶμα, καὶ βίον ἐλεύθερον ἐπανῃρημένῳ, καὶ μηδὲν ἐν αὐτῷ πλημμελοῦντι, καὶ τὸν ἐπιστατοῦντα τῆς ὑγείας ἄριστον ἔχοντι, εἰς τὰς νοσωδεστέρας διαθέσεις οὐ πάνυ τι συμπίπτειν εἰκός.

Κεφ. ια'. Ἐπανέλθωμεν οὖν αὖθις ἐπὶ τὴν ἐξ ἀρχῆς ὑπόθεσιν, καὶ παραλείποντες ἐκκαύσεις, καὶ ψύξεις, καὶ ἀπεψίας, καὶ διαῤῥοίας, ὅσα τ' ἄλλα τοιαῦτα, (βέλτιον γὰρ εἰς ἕνα λόγον ἀναβάλλεσθαι σύμπαντα ταῦτα, τὸ περὶ τῶν νοσωδῶν συμπτωμάτων ἐπιγραφησόμενον,) ἐν τῷ παρόντι περὶ τῶν ἐπ' ἀφροδισίοις γυμνασίων ἐπισκεψώμεθα. καὶ γὰρ διαπεφώνηταί πως ὑπὲρ αὐτῶν, ἐνίων μὲν οἰομένων, οὕτω χρῆναι γυμνάζειν ἐπ' αὐτοῖς, ὡς κατὰ τὸ καλούμενον

Cutis tamen denſitati ſanandae etiam anethinum oleum eſt ſatis, maxime ſi ex viridi anetho fiat. Facit autem et ad tales affectus, ſicuti etiam ad vehementes laſſitudines, et acopum, quod ex abietis ſemine componitur. Id quemadmodum praeparandum ſit, poſt dicetur. Nunc enim vel haec mihi ſupra juſtum appoſuiſſe videor, ſiquidem, qui optimo eſt corporis ſtatu, et liberam delegit vitam, nec in ea quicquam delinquit, et cui peritiſſimus tuendae ſanitatis artifex praeficitur, hunc veriſimile eſt in morboſos affectus non admodum incidere.

Cap. XI. Redeamus igitur rurſus ad primam hypotheſin, relictisque uſtione, refrigeratione, cruditate, ventris profluvio ac reliquis id genus, (ſatius enim eſt in unum ea volumen conjicere, quod de morboſis ſymptomatis inſcribemus,) in praeſenti de iis quae poſt venerem adhibentur exercitiis diſſeramus; quippe quum de his parum conveniat, aliis ita exercitandum ab hac pu-

ἀποθεραπευτικὸν, ἐνίων δὲ, ὡς κατὰ τὸ παρασκευαστικόν. ἔστι δὲ δήπου τὸ παρασκευαστικὸν γυμνάσιον οὐδὲ τῇ ποσότητι τῶν κινήσεων ἔλαττον τοῦ συμμέτρου, κατὰ δὲ τὴν ποιότητα συντονώτερόν τε καὶ ὀξύτερον. οἱ μὲν οὖν ἀποθεραπεύειν ἀξιοῦντες, ὥσπερ τοὺς ἀπὸ καμάτου, τήν τε κατάλυσιν τῆς δυνάμεως ὑφορῶνται καὶ τὴν ξηρότητα τοῦ σώματος· ἄμφω γὰρ ταῦτα πάσχομεν ἐπ᾽ ἀφροδισίοις τε καὶ πλήθει τῶν γυμνασίων· οἱ δὲ τῷ παρασκευαστικῷ χρῆσθαι γυμνασίῳ τὴν ἀραιότητα καὶ τὸ εὐίδρωτον, ἅπερ ἐπιτείνεσθαι μὲν ὑπὸ τῶν ἀποθεραπευτικῶν, ἐπανορθοῦσθαι δ᾽ ὑπὸ τῶν παρασκευαστικῶν. ἐγὼ δ᾽ ἑκατέρους ἐπαινέσας, ὡς ἑωρακότας ἐκ μέρους τὸ ἀληθὲς, ἐς ταὐτὸν συνθήσω τὰς δόξας αὐτῶν. ὅτι μὲν γὰρ ἀναῤῥῶσαί τε χρὴ τὴν δύναμιν, καὶ σφίγξαι τὴν ἀραιότητα, καὶ μὴ παραυξῆσαι τὴν ξηρότητα, συγχωροῦσιν ἑκάτεροι. λείπει δ᾽ αὖ εἷς διορισμὸς ἀμφοτέροις, ὥσπερ ἐν ταῖς ἐπιπεπλεγμέναις ἁπάσαις διαθέσεσιν ὑφ᾽ ἡμῶν ἔμπροσθεν εἴρηται, ῥηθήσεται δὲ καὶ νῦν οὐδὲν ἧττον. ἐπειδάν γε ἐς ταὐτὸν συναχθῶσι πλείους διαθέσεις,

tantibus, ut in exercitatione, quae apotherapia dicitur, aliis, ut in praeparatoria. Eſt vero praeparatoria exercitatio in quantitate laborum intra modum, et in qualitate ipſa incitatior ac celerior. Ac qui apotherapeutica quidem utendum cenſent, ſicuti in fatigatis, ii tum vires diminutas tum corporis ſiccitatem ſuſpectas habent; quorum utrumque et a concubitu, et ab immodica exercitatione pati conſuevimus. Qui vero praeparatoriam adhibendam volunt, ii raritatem atque ad ſudores promptitudinem praecavent; quae apotherapeutica intendi, e diverſo praeparatoria emendari putant. Ipſe, laudatis utrisque, propterea quod veritatem ex parte viderunt, ſententias eorum in idem conferam. Nam et inſtaurandas vires eſſe, et laxitatem cogendam, nec ſiccitatem adaugendam fatentur utrique. Una diſtinctio deſideratur in utriſque, veluti et in compoſitis omnibus affectibus ſupra a nobis eſt dictum, et nunc nihilominus dicetur. Quum enim in idem varii affectus coierunt, hi ſi unam meden-

εἰ μὲν ἕνα τρόπον ἐνδεικνύμεναι θεραπείας, ἐπιτείνεσθαι χρὴ τὸν τρόπον μᾶλλον, ἤπερ εἰ κατὰ μόνας ἑκάστη τῶν διαθέσεων ἦν· εἰ δ' ἐναντιούμεναι, τὰ κατὰ τὴν ἐπικρατοῦσαν διάθεσιν ἐπανορθωτέον ἐστὶ πρότερον, [112] οὐδὲ τῶν ἄλλων ἀμελοῦντας τὸ πάμπαν. ὅσοι μὲν οὖν ἤτοι δι' ἡλικίαν ἢ καὶ ἄλλως ἀσθενεῖς ὑπάρχοντες ἀφροδισίοις ἐχρήσαντο, τούτοις μὲν ἀναγκαῖόν ἐστιν ἐπικρατεῖν τὴν ἀῤῥωστίαν τῆς δυνάμεως· ὅσοι δ' ἰσχυρότεροί τε καὶ νέοι, καθάπερ ὁ νῦν ἡμῖν ὑποκείμενος ἐν τῷ λόγῳ νεανίσκος, ἐν τούτοις ἡ τοῦ σώματος ἕξις εἰς ἀραιότητα πλέον, ἤπερ ἡ δύναμις εἰς ἀῤῥωστίαν ἀλλοιοῦται. καὶ τοίνυν ἡ ἐπανόρθωσις οὐ διὰ τῶν ἀραιούντων, οἷόν πέρ ἐστι καὶ τὸ ἀποθεραπευτικὸν γυμνάσιον, ἀλλὰ διὰ τῶν συναγόντων τε καὶ σφιγγόντων, ὁποῖόν ἐστι καὶ τὸ παρασκευαστικόν. εἰ δὲ δὴ καὶ ψύξις τις ἐπὶ τοῖς ἀφροδισίοις ἐγγίνεται τοῖς σώμασι, καὶ κατὰ τοῦτ' ἂν εἴη τῷ παρασκευαστικῷ γυμνασίῳ χρηστέον· ἐπεγείρει γὰρ ἐκεῖνο τὴν θερμότητα τῷ τε τῶν κινήσεων ὀξεῖ καὶ τῷ τόνῳ, καὶ τῷ συνάγειν καὶ σφίγγειν τὴν ἕξιν. ὅτι δὲ καὶ τὴν ἀραιότητα μόνον τοῦτο τῶν γυμνα-

di rationem indicent, utique intendi magis rationem eam conveniet, quam fi finguli feorfum confifterent. Sin contrarii fint, is qui vincit affectus prius eft corrigendus, ita tamen, ne reliquum omnino negligas. Ac qui vel propter aetatem vel etiam alia ratione imbecilles concubuere, in iis virium infirmitas neceffe eft fuperet. Qui vero firmiores et juvenes, veluti qui nunc eft propofitus, horum habitus corporis in raritatem magis quam vires in imbecillitatem mutatur. Itaque etiam corriguntur hi non per ea, quae corpus relaxant, qualis eft exercitatio, quae apotherapia dicitur, fed per ea, quae cogunt ac contrahunt, qualis eft praeparatoria. Si vero aliqua etiam refrigeratio poft venerem corporibus advenit, et propter hoc quoque praeparatoria exercitatione utendum erit, quandoquidem ea non folum motus tum celeritate tum robore calorem excitat, fed etiam habitum cogens ac conftringens. Illud quoque fatentur gymnaftae omnes,

σίων ἰᾶται, πρὸς ἁπάντων ὁμολογεῖται τῶν γυμναστῶν, ὑπὸ τῆς πείρας δεδιδαγμένων. ὥστ᾽ οὐδὲν ἂν εἴη βέλτιον εἰς τὰ παρόντα τοῦ τοιούτου γυμνασίου. τῆς δὲ ὥρας τοῦ ἔτους ἐπιτρεπούσης, οὐδὲ τῆς ψυχρολουσίας ἀφεκτέον ἐστίν. ἐδέσματα δ᾽ ἔστω πλῆθος μὲν ἐλάττω, τῇ ποιότητι δὲ ὑγρότερα δοτέον, ἵνα καὶ πέψῃ καλῶς αὐτὰ, καὶ τὴν ἐκ τῶν ἀφροδισίων ἐπανορθώσηται ξηρότητα. χρὴ δ᾽ οὐδὲ ψυχρότερα τὴν κρᾶσιν, ἀλλ᾽ ἤτοι τῆς μέσης ἰδέας, ἢ τῶν θερμοτέρων ὑπάρχειν αὐτά. διότι γὰρ ἐξ ἀφροδισίων ἀραιότερόν τε καὶ ψυχρότερον ἅμα καὶ ἀσθενέστερον καὶ ξηρότερον ἀποτελεῖται τὸ σῶμα, χρὴ δήπου τὰ πυκνοῦντα καὶ θερμαίνοντα καὶ τὴν δύναμιν ἀναῤῥωννύντα προσφέρεσθαι, καὶ τούτους εἶναι τοὺς σκοποὺς ἐπ᾽ αὐτοῖς. ὅτι δὲ αὕτη δύναμίς ἐστιν ἀφροδισίων, οὐ τοῦ νῦν ἐνεστῶτος λόγου· προὔκειτο γὰρ ἐν αὐτῷ διελθεῖν, ὅπως ἂν κάλλιστα τὸ προκείμενον σῶμα γυμνάζοιτο μετὰ τὴν τῶν ἀφροδισίων χρῆσιν, ὅπερ οὐκ ἠδύνατο περανθῆναι καλῶς ἄνευ τοῦ προλαβεῖν ἐξ ὑποθέσεως, ὁποία τίς ἐστιν ἡ ἐν τῷ σώματι

ipfa profecto experientia edocti, hanc unam exercitationem mederi raritati poffe. Itaque nulla plane ad propofitum affectum utilior eft. Si vero anni tempus non diffuadeat, nec a frigido balneo abftinendum effe cenfeo. Cibus copia quidem dabitur minor, in qualitate vero humidior, ut tum probe concoquatur, tum ficcitas, quae ex venere contracta eft, corrigatur. Debet vero nec frigido temperamento effe, fed vel medio, vel calidiore. Nam quoniam corpus a venere et laxius, et frigidius, et imbecillius, et ficcius eft effectum, debent plane, quae denfent, et calfaciant, et vires reparent, adhiberi, atque ad haec ftudium omne impendi. Caeterum quod efficere haec venus poffit, id docere ad praefentem difputationem non pertinet, in qua propofitum eft, quemadmodum optimum corpus quam commodiffime poft veneris ufum exercitetur, oftendere. Quod fane commode fieri non potuit, nifi prius pro hypothefi fumpto, cujufmodi

γινομένη διάθεσις ἐπὶ τοῖς ἀφροδισίοις. ἀλλὰ νῦν μὲν ἐξ ὑποθέσεως, αὖθις δὲ μετὰ ἀποδείξεως εἰρήσεται, τίς τε ἡ δύναμις αὐτῶν ἐστι, καὶ εἰ χρηστέον ὅλως, ἢ μὴ, καὶ τίνες αὐτῶν ὠφέλειαι καὶ βλάβαι κατά τε τὰς τοῦ σώματος διαθέσεις εἰσὶ, καὶ τὰς ὥρας τοῦ ἔτους, καὶ τὰς χώρας, ὅσα τ' ἄλλα τοιαῦτα χρὴ προσδιορίζεσθαι.

Κεφ. ιβ'. Μετὰ μὲν δὴ τὴν τῶν ἀφροδισίων χρῆσιν εἶδος ἔστω γυμνασίου τὸ παρασκευαστικὸν ὀνομαζόμενον· ἀγρυπνίας δὲ προσγενομένης, ἢ λύπης, ἢ ἀμφοτέρων, τὸ ἀποθεραπευτικὸν, ὅταν τε χωρὶς ἀπεψίας γεννηθῶσιν, ἐπὶ γὰρ ταῖς ἀπεψίαις οὐδ' ὅλως γυμναστέον. ὅτι δὲ τὸ ἀποθεραπευτικὸν γυμνάσιον ἐπὶ λύπαις τε καὶ ἀγρυπνίαις ἁρμόττει, δηλοῖ μὲν καὶ ἡ πεῖρα· φαίνονται γὰρ ὑπὸ τῶν ἄλλων γυμνασίων βλαπτόμενοι, πρὸς τῷ μηδ' ἀνέχεσθαι τῶν ἐπιταττόντων, εἰ τύχοιεν ἔτι λυπούμενοι· δηλοῖ δ' οὐχ ἧττον τῆς πείρας καὶ ὁ λόγος. ἐπειδὴ γὰρ ἐπ' ἀγρυπνίαις τε καὶ λύπαις ὁρῶνται λεπτότεροί τε καὶ αὐχμηρότεροι καὶ

affectus fit, qui fuccedere in corpore a venere folet. Verum nunc id concedi nobis poftulamus, in fequentibus cum evidenti demonftratione dicetur, tum quae veneris facultas fit, tum prorfus utenda fit necne, tum quaenam ex ea commoda incommodaque pro corporum ftatu, et temporis anni ratione, et loco, et aliis id genus, quae utique determinare praeterea oportebit, eveniant.

Cap. XII. Poft venerem ergo fpecies exercitationis ea efto, quam praeparatoriam vocant. Poft vigilias autem vel triftitiam, vel ambas, quae apotherapia dicitur, exercitatio idonea eft, fi tamen cruditas abfit: nam fi qua cruditas fubeft, omnino exercitandum non eft. Quod autem poft triftitiam et vigilias jam dicta exercitatio ad rem pertineat, etiam experientia ipfa oftendit, quum ab alia qualibet non folum laedi cernantur, fed etiam imperantes, fi forte dolor adhuc angit, parum aequo animo ferre. Idem ratio ipfa confirmat non minus, quam experientia. Nam quoniam a vigiliis et triftitia magis graciles aridiorefque ac minus dicto audientes plane cor-

δυσήκοοι γινόμενοι, ξηρότερον ἡγητέον αὐτοῖς εἶναι τὸ σῶμα. τὰς δὲ τοιαύτας διαθέσεις αἵ τε μαλακώτεραι τρίψεις ἐξιῶνται, σὺν ἐλαίῳ πλείονι γιγνόμεναι καὶ λουτροῖς εὐκράτοις, αἵ τε κινήσεις αἱ βραδύτεραί τε καὶ χωρὶς ἰσχυροτέρας τάσεως, ἀναπαύσεσι πλείοσι διειλημμέναι. τρόπος δ᾽ οὗτος ἦν ἀποθεραπευτικοῦ γυμνασίου. [113] κατὰ δὲ τὸν αὐτὸν τρόπον καὶ τὰς ἐπὶ θυμοῖς ἢ δι᾽ ἔνδειαν ποτοῦ ξηρότητας ἐπανορθωτέον ἐστίν. ἐναντίως δὲ τοῖς εἰρημένοις ἐπανορθοῦσθαι χρὴ τὰς κατὰ τὴν ἕξιν ὑγρότητας, εἴτε διὰ πόμα πλέον, εἴτε δι᾽ ἄλλην τινὰ πρόφασιν ἐγένοντο. σκοπὸς γοῦν δὴ καὶ τῶν τοιούτων διαθέσεων ἡ ξήρανσις. ἀλλὰ τοῦτο μὲν ἁπασῶν κοινὸν, ἴδιον δ᾽ ἑκάστης ἐν ταῖς κατὰ μέρος διαφοραῖς. εἰ μὲν οὖν ἐπ᾽ ἀργίᾳ πλείονι καὶ ταῖς τῶν ὑγραινόντων ἐδεσμάτων ἀμέτροις τε καὶ ἀκαίροις χρήσεσιν ὑγρότης ἐγένετο, μακροτέρας δεῖται τῆς ἐπανορθώσεως· εἰ δ᾽ ἐπὶ ποτῷ πλείονι, κατὰ τὴν προτεραίαν ἡμέραν γεγονότι, χωρὶς τοῦ πεπονθέναι τὴν κεφαλὴν ἢ τὸ στόμα τῆς κοιλίας, ἐν μιᾷ δυνατὸν ἡμέρᾳ

nuntur, ficcius exiftimandum eft his redditum effe corpus. Ejufmodi vero affectus partim molli frictione cum multo oleo, partim temperato balneo fanantur, partim motu, fed qui et tardus fit, et citra valentiorem nixum, ac qui fubinde quietem interponat. Is vero apotherapeutici exercitii modus erat. Ad eundem modum eae, quae ab ira vel potus penuria ficcitates fiunt, corrigendae funt. Contraria prorfus a jam dictis ratione, quae funt in habitu corporis humiditates, emendare convenit, five hae nimiae potionis, five alia quavis occafione inciderint, quippe fcopus in his ad ficcationem dirigitur. Verum ea communis omnium ratio eft, membratim enim unicuique differentiae fua eft. Igitur fi ex longiore defidia et humectantis alimenti immodico intempeftivoque ufu contracta humiditas eft, longiore correctione eft opus: fin ex liberaliore potu, qui pridie fit hauftus, citra ullum capitis aut oris ventris affectum confliterit, eam vel unico die

τελέως ἐξιάσασθαι, πλεονάσαντας μὲν ἐν ταῖς ξηραῖς τρίψεσι, γυμνάσαντας δ' ὀξύτερον, ἐλάττονι δὲ ποτῷ χρησαμένους ἐδέσμασί τε ξηραντικωτέροις. ὡς ὅσαι γε μετὰ τοῦ τὴν κεφαλὴν ἢ τὸν στόμαχον ἀπολαῦσαί τι τῆς (254) ἐξ οἴνου βλάβης ὑγρότητές εἰσι περιτταὶ, τοῦ νῦν ἐνεστῶτος οὐ δέονται λόγου· ῥηθήσεται γὰρ ὑπὲρ αὐτῶν ἐν τοῖς τῶν νοσωδῶν συμπτωμάτων. αἱ δ' ἐπ' ἀργίᾳ πάνυ μακροτέρᾳ τὴν ἀρχὴν οὐδ' ἂν γένοιτό ποτε κατὰ τὴν προκειμένην διάθεσιν, ὥσπερ οὐδ' αἱ διὰ πλῆθος ἐδεσμάτων ὑγρῶν τῇ φύσει, οἷαί περ αἱ πλεῖσται τῶν ὀπωρῶν εἰσι καὶ τῶν λαχάνων ὅσα μὴ δριμέα. γενομένας δ' αὐτὰς ἀθρόως μὲν οὐχ οἷόν τε θεραπεύειν· εἰ γὰρ εἰς τοσοῦτον πονήσειεν ὁ ἄνθρωπος, ὡς αὐτάρκως ξηρᾶναι τὴν ἕξιν, ἁλώσεται κόπῳ καὶ πυρέξει πυρετὸν μὲν ἐφήμερον πάντως, ἂν δὲ καὶ μοχθηραὶ τύχωσιν ὑγρότητες ὑπάρχουσαι, πλειόνων ἡμερῶν· ἐν χρόνῳ δ' ἂν ἐπανορθωθεῖεν, ὡς ὕστερον εἰρήσεται κατ' ἐκεῖνον τὸν λόγον, ἐν ᾧ τὰς μοχθηρὰς κράσεις ἐπὶ τὸ βέλτιον ἀλλοιοῦμεν. ὁμοία γὰρ ἡ πρόνοια τῶν ἐπικτήτων δια-

perfanes licet, fi ficca frictione largius, et exercitatione veloci, et parciori potu, et ficciore cibo utare. Quippe quae immodicae ex vini potione humiditates confiftunt, fi ex ea re noxa capiti aut ori ventris communicata eft, de his agi hoc loco opus non eft; dicetur enim de ipfis, quum de morbofis fymptomatis tractabitur. Quae vero humiditas ex diutina admodum defidia nafcitur, haec in propofitum corporis ftatum omnino non cadat aeque, ut nec ea, quae ex humectantis natura cibi copia gignitur, quales fructuum plurimi funt, itemque olerum quae utique acria non funt; fi quando tamen acciderint, femel et confertim corrigi non poffunt. Nam fi eatenus fe fatigaverit homo, donec habitum abunde ficcaverit, in laffitudinem incidet, ac febricitabit omnino diaria febri; quod fi vitiofae praeterea humiditates fuerint, etiam febri, quae in plures extendatur dies. Tempore vero fanari poffunt, ut poft dicemus, ubi vitiofas intemperies vertere in melius docebimus; quippe fimilis providentia

θέσεών ἐστι καὶ τῶν φυσικῶν δυσκρασιῶν, ὥστ᾽ οὐδὲν χρὴ τὸ νῦν εἶναι περὶ αὐτῶν διεξέρχεσθαι.

Κεφ. ιγ΄. Λείπεται οὖν ἔτι περὶ τῶν ἑωθινῶν τε καὶ κατὰ τὴν ἑσπέραν τρίψεων διελθεῖν, οὐ μὰ Δί᾽ οὕτως, ὥς φασιν ἀποκρίνασθαι Κόϊντον ἐρομένῳ τινὶ γυμναστῇ, τίνα δύναμιν ἔχει τὸ ὑποσυγχρίεσθαι, φάμενον ἀφανίζειν τὰ ἱμάτια. τούτοις γὰρ τοῖς ὀνόμασιν, οἷς ἐγὼ νῦν ἐχρησάμην, ἐρέσθαι τε λέγουσι τὸν γυμναστὴν, ἀποκρίνασθαί τε τὸν Κόϊντον. ὅμοιόν τι τοῦ Κοΐντου περιφέρεται ἀπόφθεγμα, τό τε περὶ τῶν οὔρων, ὡς γραφέως ἐστὶ καταμανθάνειν αὐτὰ, καὶ τὸ περὶ τοῦ θερμοῦ καὶ ψυχροῦ καὶ ξηροῦ καὶ ὑγροῦ, ὅτι βαλανείων ἐστὶ τὰ τοιαῦτα τῶν ὀνομάτων. ἃ ἐγὼ μὲν ἂν δοίην, μὴ ὅτι Κόϊντον, ἀλλ᾽ οὐδὲ τῶν ἀπὸ Θεσσαλοῦ τινα φθέγξασθαι· βωμολοχικὰ γὰρ ἅπαντ᾽ ἐστὶ τὰ τοιαῦτα κομψεύματα καὶ οὐδαμῶς ἀνδρὶ προσήκοντα σεμνῆς οὕτω τέχνης ἐπιστήμονι. βέλτιον οὖν ὑπὲρ μὲν τῆς ἑωθινῆς ἀνατρίψεως ὧδ᾽ ἐπισκοπεῖσθαι κατά γε τὸ προκείμενον ἐν τῷ νῦν ἐνεστῶτι λόγῳ σῶμα. τουτὶ γὰρ ἤτοι

acquifititii affectus eft et naturalis intemperiei, quare nunc de ipfis differere non oportet.

Cap. XIII. Reliquum igitur eft, ut de matutina vefpertinaque frictione agamus, non ad eum tamen modum, quo Quintum refpondiffe dicunt, quum percunctanti gymnaftae, quam unctio vim haberet, refpondit, *Veftis fubmovendae:* iifdem enim quibus nunc ufus fum verbis tum gymnaften rogaffe, tum Quintum refpondiffe ferunt. Simile Quinti apophthegma eft et quod de urinis circumfertur, nempe eas noffe ad pictorem pertinere: etiam illud, quod de calido, frigido, humido et ficco ajunt, utique balnearum ea effe nomina. Quae ipfe fane nemini vel Theffali affectatorum impune dicere, nedum Quinto permiferim; quippe fcurrarum ejufmodi facetiae funt, haudquaquam hominis tam gravem artem profitentis. Satius igitur fit in propofito corpore ad hunc modum de matutina frictione differere. Is namque aut ex fomno

παντάπασιν ἄμεμπτόν ἐστι μετὰ τοὺς ὕπνους, ἢ τινι τῶν κοπωδῶν ἐνέχεται διαθέσεων, ἢ καὶ τῶν ἄλλων τινὶ, περὶ ὧν ἐφεξῆς ἐν ταῖς κοπώδεσιν ὀλίγον ἔμπροσθεν ἄχρι τοῦ δεῦρο διῆλθον. εἰ μὲν οὖν ἄμεμπτον ὑπάρχει, περίεργόν ἐστιν ἀνατρίβειν ἢ ἀλείφειν αὐτὸ, πλὴν εἴ ποτ᾽ ἀναγκαῖον εἴη συνενεχθῆναι κρύει κρατερῷ· τηνικαῦτα γὰρ, ὡς τοὺς μέλλοντας ψυχρολουτρεῖν, οὕτω καὶ τούτους τῇ τρίψει παρασκευάσομεν. εἰ δέ τις αἴσθησις εἴη κόπου, λέλεκται [114] καὶ πρόσθεν, ὡς ἀλείφειν τε χρὴ τηνικαῦτα καὶ ἀνατρίβειν μαλακῶς. οὕτω δὲ καὶ εἰ ξηρότερόν γ᾽ εἴη πλείω τοῦ δέοντος, ἀλειπτέον μὲν ἐλαίῳ γλυκεῖ, τέγγει γὰρ τοῦτο τὸν ξηρὸν χρῶτα, τριπτέον δ᾽ ἐλάχιστα μὲν, ἀλλὰ μήτε σκληρᾷ τρίψει, μήτε μαλακῇ. προτρέψαι γὰρ μόνον δεόμεθα τὴν ἀνάδοσιν, οὔτε δ᾽ ἀλλοιῶσαι τοῦ δέρματος ἢ τῆς σαρκὸς τὴν ἕξιν, οὔτε διαφορῆσαί τι τῶν περιεχομένων ἐν αὐτοῖς. ἐργάζεται δὲ ἄμφω μὲν ἡ μαλακὴ, θάτερον δὲ ἡ σκληρὰ τρίψις, εἴ γε δὴ πυκνοῖ μὲν αὕτη καὶ σκληρύνει τὸ δέρμα, διαφορεῖ δ᾽ ἡ μαλακὴ καὶ ἀραιὸν

aliquid, de quo queri possit, non sentit, aut lassitudinis affectu premitur aliquo, aut alio quopiam eorum, de quibus paulo ante statim post lassitudinis affectus hactenus disserui. Ac si de nulla quidem re conqueritur, supervacuum est eum fricare aut ungere, nisi si quando ingenti frigori occurrendum videtur. Tum namque, veluti qui frigida sunt usuri, sic eos quoque frictione praeparabimus. Si vero lassitudinis sensus ullus appareat, jam dictum est, hominem tum et ungendum esse, et molliter fricandum. Simili ratione, si siccior justo sit, ungendus dulci oleo est, nam id sicca corpora humectat, fricandusque ut omnino parcissime, ita nec duriter nec molliter est. Quippe succurrere digestioni in corpus oportet, non cutis carnisve habitum mutare, neque etiam eorum, quae in his continentur, quicquam educere; quorum mollis utrumque, dura alterum facit, siquidem haec cutem densat duratque, mollis per halitum evocat, ac corpus laxum molleque

καὶ μαλακὸν ἀπεργάζεται τὸ σῶμα. πύκνωσιν μέντοι τοῦ δέρματος ἐπανορθώσασθαι βουλόμενοι, τὴν μὲν ἐπὶ ταῖς σκληραῖς ἀνατρίψεσι, καὶ λαβαῖς, καὶ σφοδρῷ γυμνασίῳ, καὶ κόνει πολλῇ γεγενημένην, ἐλαίῳ δαψιλεῖ καὶ γλυκεῖ χρώμενοι, μαλακῶς ἀνατρίψομεν, τὴν δ' ἐπὶ τῇ ψύξει, πρώτως μὲν ταῖς ξηραῖς τε ἅμα καὶ ταχείαις ἀνατρίψεσι, δευτέρως δὲ ταῖς δι' ἐλαίου θερμαίνοντες, εἰς τὸ κατὰ φύσιν ἐπανάξομεν. ἀραιότητα δὲ τὴν ἐπί τε λουτροῖς πλείοσι καὶ τρίψεσι μαλακαῖς ἀφροδισίων τε χρήσεσι γεγενημένην, ὀλίγαις μὲν ταῖς ξηραῖς ἀνατρίψεσιν, ὀλίγαις δ' ἐφεξῆς αὐτῶν ταῖς σὺν ἐλαίῳ τινὶ τῶν στυφόντων ἰασόμεθα. τὰς δ' ἐπὶ πλέοσι ποτοῖς ὑγρότητας αἱ ξηραὶ μόναι θεραπεύουσι, διά τε σινδόνων ἢ χειρίδων ἐπιτελούμεναι, καὶ αὐτῶν μόνων ἐνίοτε τῶν χειρῶν, ἢ χωρὶς λίπους παντὸς, ἢ σὺν ἐλαχίστῳ τινί. ἔστω δὲ τὸ ἔλαιον τοῦτο γλυκὺ, ἵν' ᾖ διαφορητικὸν, ἁπάσης ἀπηλλαγμένον στυφούσης ποιότητος. ὧδε μὲν ἔχει περὶ τῆς ἑωθινῆς ἀνατρίψεως. ἡ δ' εἰς ἑσπέραν

efficit. Verum cutis denfitatem corrigere fi ftudes, utique ei, quae ex duris tum frictione, tum pertractione, praeterea vehementi exercitatione et multo pulvere orta eft, mollis frictio cum copiofo et dulci oleo medetur. Quae vero contracta ex frigore eft, eam primum frictione ficca ac celeri, deinde cum oleo adhibito calfacientes, naturae fuae reftituemus. Laxitatem vero, quae et frequens balneum, et mollem frictionem, et veneris ufum confequuta eft, paucula frictione, primum quidem ficca, deinde cum oleo quopiam eorum, quae adftringant, fanaveris. Humiditatem vero, quae nimiae potioni fucceffit, ficca frictio et cum linteo adminiftrata, vel cum manica, interdum etiam folis manibus, idque vel citra omne pingue, vel cum eo plane exiguo, corrigit. Sit autem, quo per halitum evocet, oleum ipfum dulce, omnifque adftringentis facultatis expers. Atque ita quidem fe habet matutina frictio. Vefpertina vero iis utilis eft, quos vel laffitudo

ἤτοι κοπώδεσιν ἱκανῶς ὑπάρχουσιν, ἢ κατεξηρασμένοις, ἢ ἀτροφοῦσιν ἐπιτήδειος. ἀλλὰ τὸ μὲν τῆς ἀτροφίας σύμπτωμα τό γε νῦν ἐξαιρείσθω τοῦ λόγου, μετὰ τῶν ἄλλων ἁπάντων νοσωδῶν συμπτωμάτων ἑξῆς προχειρισθησόμενον. ἐπὶ δὲ τῆς ὑποκειμένης φύσεως, ὅταν ἤτοι κόπος ἰσχυρὸς, ἢ ξηρότης τις ἄμετρος ὑπάρχῃ κατὰ τὸ σῶμα, τὸ μὲν ἄριστον ἔλαττον γιγνέσθω, πλείων δ᾽ ὁ μεταξὺ χρόνος ἄχρι τοῦ δείπνου, τὰ πολλὰ δ᾽ ἐφ᾽ ἡσυχίας· ὀλίγον δέ τι καὶ περιπατείτωσαν, ὡς ὑποκαταβῆναι τὰ σιτία ταῖς ὀρθίαις κινήσεσι κατασεισθέντα· βέλτιον δὲ καὶ εἰ ἀποπατῆσαι δυνηθεῖεν. τούτων γὰρ ἁπάντων καλῶς γενομένων ἀκίνδυνον ἀνατρίβειν ἐλαίῳ γλυκεῖ, μὴ πάντη τῆς γαστρὸς ἐφαπτόμενον· εἰ δὲ μὴ, κίνδυνος αὐτά τε τὰ σιτία πεφθῆναι χεῖρον, ἀναδοθῆναί τέ τινα χυμὸν ἐξ αὐτῶν ἡμίπεπτον, ἐπιθολωθῆναί τε τὰς κεφαλὰς, ἀνατραπῆναί τε τὸν στόμαχον. ἄριστον μὲν οὖν ἐστι τὸ μηδ᾽ ὅλως ἅπτεσθαι τῆς γαστρός· ἣν δέ ποτε τῶν ἀμφ᾽ αὐτὴν μυῶν ἤτοι κοπώδης τις αἴσθησις, ἢ πλείων φαίνοιτο ξηρότης, ἀλείφειν τὰ μέτρια

valida premit, vel ficcitas male habet, vel atrophia macerat. Verum atrophiae fymptoma nunc praefertim feponatur una cum reliquis morbofis fymptomatis, quae poft tractabuntur. In propofita vero natura, quum vel valida laffitudo, vel immodica ficcitas corpus afficit, prandium minus efto; tum ab eo ad coenam longius interponatur tempus; plurimum quiefcat; exiguum tamen quippiam inambulet, quo cibus per erectam agitationem concuffus fubfidat; utilius etiam fit, fi et alvum exonerare poffit. His etenim probe peractis, fecurus oleo dulci frices, ventrem tamen omnino non continges, quum alioqui periculum fit, ne et cibum deterius concoquat, et fuccus quifpiam ex eo femicrudus in corpus digeratur, et caput turbetur, et ftomachus fubvertatur. Optimum igitur fuerit omnino ventrem non attingere. Quod fi in mufculis ei vicinis vel laffitudinis fenfus aliquis, vel ficcitas appareat major, ungi debebunt mediocriter et blande.

πρᾴως ἐφαπτομένην. εἰ δὲ καὶ τὰς αἰτίας τις ἀκοῦσαι ποθεῖ τῶν εἰρημένων, τὸν ἑξῆς ἀναμένοι λόγον, ἐν ᾧ περὶ τῶν νοσωδῶν συμπτωμάτων διερχόμεθα· νυνὶ μὲν γὰρ ἤδη μοι δοκῶ μέγεθος αὔταρκες ἔχειν τὸν ἐνεστῶτα.

Ac si caufas quispiam eorum, quae diximus, reddi fibi cupit, proximum librum legat, in quo de morbofis fymptomatis agemus; nam hunc mihi videor fatis hactenus extendiffe.

ΓΑΛΗΝΟΥ ΥΓΙΕΙΝΩΝ ΛΟΓΟΣ Δ.

Ed. Chart. VI. [115.] Ed. Baſ. IV. (255.)

Κεφ. α΄. Οὐχ ὡς οἱ πλεῖστοι τῶν νεωτέρων ἰατρῶν, ἐν τοῖς σοφιστικοῖς ζητήμασι κατατρίψαντες τὸν χρόνον, ἤτοι διὰ βραχέων ἐπιτρέχουσι τὸν περὶ τῶν ἀναγκαιοτάτων λόγον, ἢ καὶ παντάπασι παραλείπουσιν, οὕτω καὶ ἡμεῖς ποιήσομεν, ἀλλ᾽, ὅπερ ἀπ᾽ ἀρχῆς ἐνεστησάμεθα, τὸ χρήσιμον αὐτὸ διερχόμενοι, τὰ λογικωτέραν ἔχοντα τὴν ἐπίσκεψιν εἰς ἕτερον ἀναβαλούμεθα καιρόν. αὐτίκα γέ τοι περὶ τῶν νοσωδῶν συμπτωμάτων, ὑπὲρ ὧν ἐν τῷδε τῷ λόγῳ πρόκειται διελθεῖν, οὐ μικρὰ ζήτησίς ἐστι, πότερον ἐκ τῆς ὑγιεινῆς

GALENI DE SANITATE TVENDA LIBER QVARTVS.

Cap. I. Quod plerique recentiorum medicorum faciunt, qui, dum tempus ſophiſtarum cavillationibus terunt, quod maxime neceſſarium eſt, aut leviter tantum attingunt, aut prorſus omittunt, id ipſe non faciam, ſed (quod ab initio inſtitui) ei, quod neceſſarium duxi, inſiſtens, quae logicam magis ſpeculationem habent, in aliud tempus differam. Statim enim de morboſis ſymptomatis, de quibus hoc libro diſſerere ſtatui, non levis quaeſtio oritur, eaene ad valetudinis tuendae artem ſpectent,

Ed. Chart. VI. [115.] Ed. Baſ. IV. (255.)

ὑπάρχει πραγματείας, ἢ ἐκ τῆς θεραπευτικῆς, ἢ τούτων μὲν οὐδετέρας, ἄλλης δέ τινος ἀμφοῖν τρίτης, ἣν οὖν καὶ μέσην ὑγείας τε καὶ νόσου τίθενταί τινες οὐδετέραν ὀνομάζοντες. ἐγὼ δ᾽ ἐπιστάμενος μὲν, ὡς, εἴτ᾽ ἐν τοῖς ὑγιεινοῖς τις, εἴτ᾽ ἐν τοῖς θεραπευτικοῖς αὐτῶν μνημονεύσειεν, ὁμοίως ὑπὸ τῶν σοφιστῶν ἐπηρεασθήσεται, γινώσκων δ᾽ οὐδὲν ἧττον, ὡς, εἰ καὶ τρίτης τις αὐτοῖς ἀναθείη γενέσθαι πραγματείας, ὑπὲρ τῶν οὐδετέρων διαθέσεων ἐπιγράψας, ἔτι καὶ μᾶλλον ἐπιγελάσονται, καὶ τωθάσουσι, καὶ ἐρήσονται, περὶ τῶν ἀῤῥενικῶν καὶ θηλυκῶν ἐν ποίᾳ πραγματείᾳ διδάσκομεν, εἱλόμην ἐν τῷ νῦν ἐνεστῶτι λόγῳ διελθεῖν ὑπὲρ αὐτῶν. εἰ γὰρ ἀδύνατον μέν ἐστιν ἐκφυγεῖν τῶν σοφιστῶν τὴν γλωσσαλγίαν, ἔλαττον δ᾽ ἐπηρεάσουσιν οὕτω πραξάντων, ἄμεινον ἴσως ἐστὶν οὕτω ποιεῖν. ἔτι δὲ μᾶλλον ἄν τις ἐξ αὐτῆς τῆς θεωρίας ἐπιγνοίη τὴν κοινωνίαν τῆς διδασκαλίας, εἰ προσέχοι τὸν νοῦν ἀκριβῶς τοῖς λεχθησομένοις, ὧν ἀρκτέον ἐνθένδε. τῆς ὑγιεινῆς ἐπιστήμης οὐ φαυλότατόν ἐστι μόριον ἡ περὶ τὰ γυμνάσια τέχνη·

an ad eam, quae medendi rationem praeſcribit, an harum neutram, ſed tertiam quandam, quam nonnulli mediam ſanitatis et morbi ſtatuunt, neutramque appellant. Ego haud ignarus, ſive quis in ſanitatis tuendae, ſive etiam in medendi arte eorum meminerit, fore, ut aeque a cavillatoribus ſugilletur, illud quoque intelligens, etiamſi quis tertiam tractationem his addiderit, de neutris eam affectionibus inſcribens, vel magis irriſuros contumelioſoſque futuros, praeterea quaeſituros, de morbis aut ſymptomatis ad mares aut foeminas pertinentibus in quonam opere praecipiam, in hoc volumine de his agere potiſſimum elegi. Si enim fieri nequit, ut ſophiſtarum nugas devitem, atque hac ratione minus erunt importuni, utique ſic faciens melius conſuluiſſe videbor. Huc accedit, quod ex ſpeculatione ipſa magis intelligetur ipſa doctrinae communio, ſi quis illa, quae dicentur, attentius legat. Ea hinc aggrediar. Artis, quae valetudinem tuetur, non levis portio eſt ea, quae de exercitatione prae-

ταύτης δ' αὐτῆς οὐ σμικρὰ μοῖρα τὸ φυλάξασθαι κόπους. ἐδείχθη δ' ἐν τοῖς ἔμπροσθεν, ὡς ὁμοία [116] τίς ἐστιν ἥ τε προφυλακὴ τῶν ἐσομένων κόπων καὶ ἡ ἐπανόρθωσις τῶν ἤδη γεγονότων. οὔκουν ἑτέρωθι μὲν ἐχρῆν ἐκδιδάσκειν, ὅπως χρὴ φυλάττεσθαι κόπους, ἑτέρωθι δ', ὅπως εἰς τὸ κατὰ φύσιν ἐπανάγειν προσήκει τοὺς ἤδη γεγονότας. διὰ ταῦτα μὲν οὖν ἐν τῷ πρὸ τούτου γράμματι, τρίτῳ τῆς ὅλης πραγματείας ὄντι, περὶ τῶν ἐπὶ γυμνασίων κόπων ὁ λόγος ἡμῖν ἐγένετο μετὰ καὶ τοῦ τῶν ὁμοίων αὐτοῖς ἐπιμνησθῆναι διαθέσεων, ὧν ἔνιαί τινες ἐπὶ γυμνασίοις ἐγίγνοντο μάλιστα. νυνὶ δὲ πρῶτον μὲν ὑπὲρ αὐτῶν ἐροῦμεν, ἐπειδὰν ἄνευ γυμνασίων γίγνωνται· δεύτερον δὲ καὶ περὶ τῶν ὁμοειδῶν αὐτοῖς.

Κεφ. β'. Ὁ μὲν οὖν ἐπὶ γυμνασίοις ἀμέτροις γιγνόμενος κόπος ὑγιεινόν τι σύμπτωμά ἐστιν, ὁ δὲ τούτων χωρὶς νοσῶδες. ὥστε καὶ Ἱπποκράτει δοκεῖν κάλλιστα εἰρῆσθαι· κόποι αὐτόματοι φράζουσι νόσους. ἡ μὲν οὖν ἑλκώδης αἴσθησις

cipit; hujus rurfus non exigua pars eft, quae laffitudines praecavet. Porro monftratum in fuperioribus eft, fimilem rationem effe inftantis laffitudinis cavendae, et ejus, quae jam occupavit, fummovendae. Ergo non alibi, quemadmodum hanc futuram vites, alibi, quemadmodum jam factam emendes, tractandum eft. Atque hac quidem de caufa in proximo libro, qui totius operis tertius eft, de laffitudine, quae exercitationi fupervenit, difputatum erat, fimul habita mentione de fimilibus affectibus, quorum aliqui exercitationes maxime fequebantur. Nunc primum quidem de his, prout citra exercitationem incidunt, agemus; fecundo loco de illis, quae fimilitudinem quandam cum his habent.

Cap. II. Ac quae immodicas quidem exercitationes laffitudo excipit, fanorum fymptoma eft, quae vero fine his confiftit, morbofum. Itaque et ab Hippocrate dictum rectiffime videtur: *Laffitudines fponte natae morbos nunciant.* Atque ulcerofus quidem fenfus fymptoma las-

Ed. Chart. VI. [116.] Ed. Baf. IV. (255.)

σύμπτωμά ἐστι κοπῶδες. ἡ δ' αἰτία, δι' ἣν αὕτη γίγνεται, διάθεσίς ἐστι κοπώδης. ἡ δὲ καὶ ταύτης αὐτῆς αἰτία διττὴν ἔχει τὴν διαφοράν· ἤτοι κατ' αὐτὸ τοῦ ζώου τὸ σῶμα περιεχομένη, καὶ ὀνομάζεται τηνικαῦτα προηγούμενον αἴτιον, ἢ μηδ' ὅλως ἐνυπάρχουσα, καὶ καλεῖται προκαταρκτικὸν αἴτιον. ὡς εἶναι μὲν τρία τὰ σύμπαντα γένη, περὶ ὧν ἡμῖν ἐνέστηκε λόγος, τό τε σύμπτωμα τὸ κοπῶδες, καὶ τὴν διάθεσιν τὴν κοπώδη, καὶ τὴν αἰτίαν αὐτῆς, ἑκάστου δ' αὐτῶν εἰδικάς τινας ὑπάρχειν διαφοράς· ἐν μὲν ταῖς αἰτίαις, ὡς εἴρηται νῦν δὴ, τὴν προηγουμένην καὶ τὴν προκατάρχουσαν, ἐν δὲ ταῖς διαθέσεσιν, ὡς ἐν τῷ πρὸ τούτου λόγῳ δέδεικται, τὴν ἑλκώδη, καὶ τὴν τονώδη, καὶ τὴν φλεγμονώδη, καὶ μέντοι κἂν τοῖς συμπτώμασι τρεῖς τὰς αὐτάς. ὀνομάζειν οὖν ἔξεστιν, εἰ βούλοιτό τις, ἑτέρως· οὔτε δὲ πλείω τῶν εἰρημένων λέγειν τε καὶ ποιεῖν ἔξεστιν, ἀληθεύειν γε βουλομένοις, οὔτε πλείους διαφορὰς τῶν λελεγμένων. ὁ μὲν οὖν ἑλκώδης κόπος (ἀρκτέον γὰρ ἀπὸ τοῦδε) κινουμένοις αἴσθησιν ἀνιαρὰν ὡς ἑλκουμένου φέρει τοῦ σώματος,

ſitudinis eſt, cauſa vero, unde ea naſcitur, affectus laſſitudinis eſt. Porro hujus rurſum ipſius cauſa bifariam ſcinditur: aut enim intra ipſum animalis continetur corpus, vocantque antecedentem, aut omnino non ineſt, vocantque evidentem. Itaque tria in univerſum genera ſunt, de quibus habendus ſermo eſt, ipſius laſſitudinis ſymptoma, affectus, unde hoc oritur, et affectus ipſius cauſa. Cujuſque vero horum ſpecies quaedam differentes ſunt. Cauſarum (ut modo diximus) externa et antecedens. Affectus (ut in praecedente libro docuimus) is, qui ulceris, et qui tenſionis, et qui phlegmones ſenſum invehit. Symptomatis vero hae ipſae ſcilicet tres differentiae; aliter tamen, ſi cui placuerit, nominare licet; non licet autem, ſi vera ſaltem dicere velit, jam dictis plura tum aſtruere, tum facere, neque etiam plures, quam dictae ſunt, differentias. Quae igitur ulceris ſenſum facit laſſitudo, (incipiendum enim ab hac eſt,) motis quidem gravem excitat ſenſum, ceu corpus ulceretur, idque vel

ἤτοι κατὰ τὸ δέρμα μόνον, ὅταν ᾖ μετριώτερον, ἢ κατὰ τὰς ὑποκειμένας αὐτῷ σάρκας, ὅταν γένηται σφοδρότερον, ἢ κατὰ τὸ συναμφότερον, ἐπειδὰν ἰσχυρότερον ᾖ. καὶ τοῦτο μέν ἐστι τὸ κοπῶδες σύμπτωμα. διάθεσις δὲ κοπώδης, ἐφ' ᾗ γίνεται τὸ σύμπτωμα, δριμύτης ὑγρῶν ἐστι λεπτῶν καὶ θερμῶν, ὡς διαβιβρώσκειν τε καὶ κεντᾷν καὶ νύττειν τὰ σώματα. γίνεται δὲ αὕτη ποτὲ μὲν ἐπὶ ταῖς ἀμέτροις κινήσεσιν, ὡς ἐν τῷ πρὸ τούτου δέδεικται λόγῳ, ποτὲ δ' ἐπὶ κακοχυμίᾳ τινὶ λεληθότως ὑποτραφείσῃ, καὶ τοὺς τοιούτους κόπους αὐτομάτους Ἱπποκράτης ὀνομάζει. τὸ δ' ἕτερον γένος τοῦ κόπου τὸ τονῶδες, ὅταν αὐτόματον συνιστῆται, ταῖς καλουμέναις πληθώραις ἕπεται. διατείνεται γὰρ ἐν ταύταις τὰ στερεὰ τοῦ ζώου μόρια, καὶ μάλιστα ἐν οἷς οἱ χυμοὶ περιέχονται. τὸ δὲ τρίτον τοῦ κόπου γένος τὸ φλεγμονῶδες ἐπὶ πληθώρᾳ τε ἅμα καὶ τῇ προειρημένῃ γίνεται κακοχυμίᾳ. οὐ γὰρ δὴ πᾶν εἶδος κακοχυμίας, ἀλλ' ἐκεῖνο μόνον, ἐν ᾧ δριμύτης ἐστὶ δακνώδης, ἐργάζεται τὸν ἑλκώδη κόπον· οὐδ' οὖν οὐδ' αὐτὸ, κατὰ τὰς φλέβας

circa cutim tantum, utique quum eſt moderatior, vel circa ſubjectam illi carnem, quum eſt valentior, vel circa utramque, quum adhuc eſt atrocior. Atque hoc quidem eſt laſſitudinis ſymptoma; affectio vero, ex qua id naſcitur, acrimonia eſt tenuis et calidi humoris, qui corpus erodit, ſtimulat ac pungit. Oritur haec aliquando ex immodico motu, ut in proximo libro oſtendimus, aliquando ex vitioſo ſucco, qui imprudentibus nobis in corpore ſuccrevit. Tales vero laſſitudines ſpontaneas Hippocrates appellat. Alterum vero laſſitudinis genus (nempe in quo tenſio ſentitur), quoties ſua ſponte incidit, plethoris ſupervenit; quippe tenduntur in his ſolidae animalis partes, praecipue in quibus ſucci continentur. Tertium laſſitudinis genus, quod phlegmones ſenſum affert, ex ambobus oritur, tum nimia boni ſucci abundantia, tum praedicto vitioſo ſucco. Non enim quaevis mali ſucci ſpecies, ſed tantum in qua rodens acrimonia continetur, ulceroſam laſſitudinem creat; ſed nec ejuſmodi

ἀναμεμιγμένον τῷ αἵματι, λανθάνει γὰρ αὐτῆς ἡ δύναμις τηνικαῦτα, διαῤῥεούσης τε ἅμα καὶ νικωμένης ὑπὸ τῆς τοῦ αἵματος χρηστότητος, ἀλλ᾽ ὅταν εἴς τε τὰς σάρκας καὶ τὸ δέρμα με[117]ταληφθεῖσα μόνη στηριχθῇ, τὴν ἑλκώδη διάθεσίν τε καὶ αἴσθησιν ἐπιφέρει. ὅσοι δὲ πλήθους ἔκγονον ὑπάρχειν οἴονται τὸν κόπον τοῦτον, σφάλλονται, οὔτε γὰρ τοῦ τοιούτου πλήθους, ὃ δὴ καὶ πληθώραν ὀνομάζουσι, (τὸν τονώδη γὰρ κόπον ἐκεῖνο ἐργάζεται,) οὔτε τοῦ τὴν δύναμιν βαρύνοντος, οὐ γὰρ δῆξις οὐδὲ ἕλκωσις, ἀλλ᾽ ἤτοι βάρος τε καὶ δυσκινησία τοῦ τοιούτου πλήθους ἐστὶ συμπτώματα, τὴν ψυχικὴν βαρύνοντος δύναμιν, ὅταν ὡς πρὸς ταύτην ὑπάρχῃ πλέον, ἢ κακοσφυξίαι τινὲς, ὅταν πρὸς τὴν ζωτικήν. εἴρηται δ᾽ ὑπὲρ αὐτῶν αὐτάρκως ἐν τῷ περὶ σφυγμῶν, ὥσπερ γε κἀν τῷ περὶ πλήθους βιβλίῳ τὰ γνωρίσματα τῆς φυσικῆς δυνάμεως εἴρηται βαρυνομένης ἅμα τοῖς τῶν ἄλλων ἀμφοτέρων. οὔκουν τὸ πλῆθος αἴτιόν ἐστι τοῦ τὴν ἑλκώδη φέροντος αἴσθησιν κόπου, ἀλλ᾽ ἡ τῶν ἐν τῷ δέρματι καὶ τῇ σαρκὶ περιεχομένων ὑγρῶν δριμύτης.

quidem fuccus, dum in venis cum fanguine mifcetur, latet enim tum ejus vis, utpote tranfilientis et a fanguinis bonitate fuperati, verum quum ab his translatus in carnibus et ad cutem folus haeret, ulcerofum affectum et fenfum tunc infert. Qui vero plenitudinis fobolem hanc laffitudinem effe putant, falluntur; nam neque ejus copiae, quam plethoram dicimus, (haec enim tenfivam laffitudinem gignit,) neque ejus, quae vires gravat; non enim erofio, aut ulceris fenfus, fed vel gravitas et ad motus fegnities talis funt plenitudinis fymptomata, utique dum ad animales collata vires eas fuperans premit, vel pulfus quaedam vitia, fi quando vitalem urget: de quibus dictum abunde eft in iis, quae de pulfu fcripfimus, aeque ut in libro, quem de plenitudine infcripfimus, etiam notas naturalium facultatum, quum premuntur, et reliquarum ambarum tradidimus. Non eft igitur plenitudo ejus laffitudinis, quae ulceris fenfum prae fe fert, caufa, imo humorum, qui in cute et carne continentur, acrimonia.

αὕτη γὰρ, ἐπειδὰν μὲν ἡσυχάζουσα περιέχηται, διαλανθάνει τὴν αἴσθησιν, εἰς κίνησιν δ᾽ ἀφικομένη παραχρῆμα γνωρίζεται. κίνησις δ᾽ αὐτῇ πρώτη μὲν καὶ μάλιστ᾽ ἐγγίνεται κατά τινας οἰκείους λόγους, οὓς ἑξῆς ἐροῦμεν, ἑτέρα δὲ κατὰ συμβεβηκὸς, ἐπειδὰν ἡμεῖς αὐτοὶ προελόμενοι κινῆσαί τι μέρος ἢ καὶ σύμπαν τὸ σῶμα σὺν ἐκείνῳ καὶ τὰς περιεχομένας ἐν αὐτῷ κινήσωμεν ὑγρότητας. ἀλλ᾽ ἡ μὲν τοιαύτη κίνησις ἐλαχίστη ἐστὶ, καὶ τὴν κοπώδη μόνην αἴσθησιν ἐπιφέρει, ἡ δὲ σφοδροτέρα ῥίγους ἐστὶν αἰτία, ἡ μέση δ᾽ ἀμφοῖν φρίκης. ὅτι δ᾽ οὐδὲν κωλύει, κἂν θερμὸν ὑπάρχῃ τὸ αἴτιον, ῥῖγός τε καὶ φρίκην αὐτὸ ποιεῖν, ἐν (256) ταῖς τῶν συμπτωμάτων αἰτίαις ἀποδέδεικται. νῦν δ᾽ ἀρκεῖ μόνον αὐτὰ τὰ κεφάλαια τῶν ἐν ἐκείνῳ τῷ λόγῳ δεδειγμένων ὑπόθεσιν ποιήσασθαι τοῖς παροῦσιν. ὅταν ἐν τοῖς αἰσθητικοῖς σώμασιν ὑποτραφῇ περιττώματα δάκνοντα, κατὰ διττὸν τρόπον εἰς κίνησιν ἀφικνεῖται· καθ᾽ ἕνα μὲν ὑπ᾽ αὐτῶν τῶν αἰσθητικῶν σωμάτων ὠθούμενα, δύναμιν ἐχόντων ἀποκριτικὴν τῶν ἀλλοτρίων, καθ᾽ ἕτερον

Haec enim, ut quieta fenfum latet, fic agitata protinus fentitur. Motus huic acrimoniae primus ac maxime propriis quibufdam rationibus accedit, quas mox dicemus. Alter ex accidenti, fcilicet quum, nobis partem aliquam aut etiam totum corpus movere volentibus, cum hoc humores, qui in ipfo continentur, fimul movemus. Verum hic minimus eft, et laffitudinis duntaxat fenfum infert, vehementior rigorem excitat, medius inter utrumque horrorem. Quod autem nihil obftet, etiamfi calida caufa fit, quominus rigorem horroremque excitet, in iis, quae de fymptomatum caufis fcripfimus, oftenfum eft. Nunc fatis fuerit fummas tantum eorum, quae illic prodidimus, ad praefentem difputationem quafi hypothefim fubjicere. Quum in fenfibili corpore fuccrevit excrementum mordax, duplici id ratione ad motum incitatur: una, quum a fenfibili ipfo corpore impellitur, utpote quod repellendi alieni vim obtinet, altera,

δὲ ὑπὸ κινήσεως σφοδροτέρας, ἣν ἔκ τε τῶν γυμνασίων ἐπικτᾶται, καὶ θυμοῦ, ἢ καὶ τῆς ἐκ τοῦ περιέχοντος θερμασίας. τὰ μὲν οὖν ὑπόθερμά τε καὶ σηπεδονώδη περιττώματα, κινηθέντα σφοδρότερον, οὐ φρίκην μόνον ἢ ῥῖγος ἐπιφέρει, ἀλλὰ καὶ πυρετὸν ἐξάπτει· τὰ δὲ ψυχρά τε ἅμα καὶ λεπτομερῆ φρίκην μὲν καὶ ῥῖγος ἐπιφέρει, πυρετὸν δὲ οὐκ ἐξάπτει. προσεῖναι δέ τι καὶ πλῆθος ἀξιόλογον ἑκατέροις ἀναγκαῖον, εἰ μέλλοι ταῦτα ποιῆσαι. ὅσα δ᾽ ἤτοι παντάπασιν ὀλίγα περιττώματα δάκνοντα τοῖς αἰσθητικοῖς ἐγγίνεται σώμασιν, ἢ πλείω μέν ἐστιν, οὔπω δ᾽ ἀκριβῶς δακνώδη, τὸν ἑλκώδη κόπον ἐργάζεται. καὶ δὴ καὶ λεκτέον ἡμῖν ὑπὲρ τούτων ἐστὶν ἐν τῷ παρόντι λόγῳ, τὰ γὰρ τοὺς πυρετοὺς ἐπιφέροντα τῆς θεραπευτικῆς ἐστι πραγματείας· οὐ μὴν ἀλλὰ καὶ ὅσα φρίκην μὲν ἐργάζεται, πυρετοὺς δ᾽ οὐκ ἐξάπτει, καὶ ταῦτα τῆς ἐνεστώσης ἐστὶ πραγματείας.

quum vehementiore motu agitur, id quod et ab exercitatione conquirit, et ab ira, et ab ambientis caliditate. Ergo quae fubcalida et putrida excrementa funt, ubi vehementius moventur, non horrorem modo rigoremve, qualem diximus, afferunt, fed etiam febrem accendunt. At quae frigida funt, et partibus tenuibus conftant, ea horrorem quidem rigoremque creant, non tamen febrem excitant. Porro effatu dignam aliquam copiam utrifque accedere oportet, fi haec efficere debent. Quae vero aut plane exigua in fenfibilibus corporibus excrementa mordacia, aut multa illa quidem, fed tamen non plane adhuc mordacia fubhaeferunt, haec ulcerofam laffitudinem faciunt, de quibus utique hoc libro nobis eft agendum, quando, quae febrem accendunt, ea ad medendi artem fpectant; verumtamen et quaecunque horrorem quidem faciunt, febrem vero non accendunt, et haec praefentis funt tractationis.

Κεφ. γ'. Ἡ ἴασις δὲ, ἡ μέν τις εἰς κοινοὺς ἀμφοτέροις ἀνάγεται σκοπούς, ἡ δέ ἐστιν ἑκατέρων ἴδιος· εἰρήσεται δὲ πρότερον ἡ κοινή. χρὴ τοίνυν, εἴτε θερμὸν, εἴτε ψυχρὸν εἴη τὸ περίττωμα, κενοῦν, ἢ ἀλλοιοῦν αὐτό. δέχεται δ' οὐ πᾶν περίττωμα τὴν ἐκ τῆς φύσεως ἀλλοίωσιν, ὥσπερ οὐδὲ πᾶν ἔδεσμα πᾶσι τοῖς ζώοις τὴν ἐν τῇ γαστρὶ πέψιν, ἀλλ' εἶναι χρή τινα συγγένειαν τῷ πεττομένῳ πρὸς τὸ πέττον. ὅταν οὖν ἀλλότριον ᾖ παντάπασιν, οὐδεμίᾳ μηχανῇ τοῦτο τὸν ἐκ τῆς [118] φύσεως ἐπιδέξασθαι κόσμον, ἀλλὰ χρὴ κενοῦν αὐτὸ πειρᾶσθαι διὰ ταχέων, ὥσπερ γε καὶ τὰ κατὰ τὴν γαστέρα διαφθαρέντα τελέως ἢ ἐμέτοις, ἢ διαχωρήσεσιν ἐκκενοῦσθαι κράτιστον. οὐ μὴν ἐνδέχεται τὴν ἐν τῇ σαρκὶ καὶ τοῖς ἄλλοις σώμασιν ἀναπεπομένην κακοχυμίαν ἑτοίμως οὕτως ἐκκενοῦν, ὡς τὴν ἐν ταῖς αἰσθηταῖς εὐρυχωρίαις περιεχομένην. ἐνίοτε δὲ καὶ ἡ φύσις αὐτὴ τοῦ κάμνοντος οὐ προσίεται βοήθημα ταχέως ἐκκενῶσαι δυνάμενον. οὕτω δὲ καὶ ἄλλη τις ἔστιν ὅτε διάθεσις

Cap. III. At fanatio quaedam in communes curationis amborum fcopos fertur, quaedam utriufque propria eft. Dicetur vero prius quae communis fanatio eft. Oportet igitur excrementum, five calidum id fit, five frigidum, ipfum aut expellas, aut certe alteres. Recipit vero non omne excrementum alterationem a natura. Siquidem nec omnis cibus in cujufvis animantis ventriculo concoquitur, fed cognatio quaedam ei, quod concoquit, cum eo, quod concoquitur, effe debet. Quod igitur omnino alienum eft, nulla fieri ratione poteft, ut id a natura gratiam recipiat, fed educere id quamprimum eft tentandum, aeque certe ut, quae in ventre corrupta prorfus funt, ea vel vomitione, vel dejectione expelli profecto eft optimum. Non tamen perinde promptum eft in carne atque aliis corporibus imbibitum vitiofum fuccum educere, ut qui in iis, quorum fenfibilis capacitas eft, continetur. Interdum nec ipfa laborantis natura medicamentum, quod malum fuccum mature vacuet, admittit, ficuti interdum et alius quifpiam affectus obftat, qui ta-

ἀνθίσταται καὶ ἀπαγορεύει τὸν τοιοῦτον τρόπον τῆς κενώσεως, ὑπὲρ ὧν ἐφεξῆς εἰρήσεται, πρότερόν γε τὸ λεῖπον ἐν τῇ πρώτῃ διαιρέσει προσθέντων ἡμῶν. οἱ μὲν γὰρ κοινοὶ σκοποὶ τῆς τῶν περιττωμάτων ἰάσεως εἴρηνται, κένωσίς τε καὶ ἀλλοίωσις. ἰδίους δ' ἑκατέρων προσθετέον ἡμῖν· οὐ γὰρ ἑνὶ τρόπῳ κενωτέον, οὐδὲ ἀλλοιωτέον, ἀλλὰ τὸν οἰκεῖον ἀεὶ τῷ λυποῦντι ζητητέον. οἰκεῖος δὲ, συλλήβδην εἰπεῖν, ὁ διὰ τῶν ἐναντίων ἐστὶν, ἐν μέρει δὲ καθ' ἕκαστον ἐναντίων. τὰ μὲν κεφάλαια τοῦ λόγου ταῦτα· χρὴ δ' ἐξηγήσασθαι πλατύτερον αὐτὰ, καὶ τὴν οἰκείαν ἀπόδειξιν ἑκάστῳ προσθεῖναι, τὴν ἀρχὴν ἀπὸ τῆς ἑλκώδους διαθέσεως ποιησαμένους.

Κεφ. δ'. Ἐπεὶ τοίνυν ἐπὶ κακοχυμίᾳ δριμέων περιττωμάτων ὁ τοιοῦτος ἐγίγνετο κόπος, ἐπισκεπτέον πρότερον, εἴτ' ἐν τοῖς στερεοῖς μόνοις σώμασιν, εἴτε κἀν ταῖς κοιλίαις τῶν φλεβῶν ἡ κακοχυμία περιέχεται. γνώρισμα δ' οὐδὲν ἔχομεν ἐναργὲς οὐδὲ σαφὲς ὑπὲρ τῶν ἐν ταῖς φλεψὶ περιτ-

lem educendi rationem refpuat; de quibus mox dicam, fi prius, quod reliquum erat in fuperius pofita divifione, adjecero. Quippe communes fcopos, qui excrementorum vitiis medentur, jam diximus vacuationem alterationemque effe. Proprios vero utriufque generis nunc adjiciamus. Neque enim una tantum ratione educendum alterandumve eft, fed explorata, quae ei, quod affligit, maxime fit accommodata, ei eft infiftendum. Ea vero, ut in fumma complectar, ratio eft, quae ex contrario opem molitur; privatim vero, quae ex cujufque contrario. Et fummae quidem totius rei hae funt, quae latius tamen nobis nunc explicandae funt una cum fua cujufque evidenti demonftratione, idque ab ulcerofo affectu initium facientibus.

Cap. IV. Quoniam igitur ejufmodi laffitudo vitio acrium excrementorum oritur, ante omnia confiderandum eft, in folidifne tantum corporibus, an intra venarum finus malus fuccus contineatur. De iis vero quae intra venas funt excrementis nullum plane nec manifeftum

Ed. Chart. VI. [118.] Ed. Baf. IV. (256.)

τωμάτων, ὅτι μὴ κατὰ τὰ οὖρα μόνον, ἀλλὰ στοχάζεσθαι χρὴ διὰ τῶνδε. πρῶτον μὲν ἐπισκέπτωμεν, ᾗ τινι κέχρηται διαίτῃ τὸ κάμνον σῶμα· δεύτερον δ᾽, εἰ καὶ φύσει κακοχυμίαν ἦν ἔθος ἀθροίζειν αὐτῷ· καὶ πρὸς τούτοις, εἴ τινες συνήθεις ἐκκρίσεις ἐπέχονται καὶ φυσικαί· τέταρτον ἐπὶ τούτοις, εἰ γυμνασίοις, ἢ καθάρσεσιν, ἢ ἐμέτοις, ἢ αἰωρήσεσιν, ἢ χρήσεσιν αὐτοφυῶν ὑδάτων εἰθισμένος ἐκκενοῦν τὰ περιττὰ ὠλιγώρησεν. ἐν μὲν οὖν τῇ διαίτῃ σκεπτέον, εἰ ἀπεψίαι προήγηνται πολὺ πλείους τε καὶ μείζους τῶν συνήθων, ἢ καὶ κακοχύμων ἐδεσμάτων ἐνεφορήσατο πλῆθος, ἢ οἶνον ἀντὶ μὲν παλαιοῦ γλεύκινον, ἀντὶ δὲ λεπτοῦ παχὺν ἢ τεθολωμένον ἔπιεν, ἢ καὶ παντάπασιν εἰς ὕδατος πόσιν ἐξ οἴνου μετῆλθεν, οὐχ ἅπαξ ἢ δὶς ἐφ᾽ ἑκάστῳ τῶν εἰρημένων πλημμελήσας, ἀλλὰ συνεχῶς τε ἅμα καὶ χρόνῳ πολλῷ. δεύτερον ἐπισκεπτέον, ὡς εἴρηται, μή τις τῶν φύσει κακοχυμίαν ἑτοίμως ἀθροιζόντων ἐστὶν ὁ κάμνων ἄνθρωπος. ἐξευρήσεις δὲ τοῦτο πυθόμενος, εἰ ψωρώδης διάθεσίς ποτε, ἢ λεπρώδης, ἢ ἀλφώδης, ἢ κνησμώδης ἐπὶ πλέον αὐτῷ

nec evidens fignum habemus praeter folam urinam; conjicere tamen ex his licet. Primum aeftimabimus, quonam laborans corpus ufum fit victu. Secundo, folitumne fit malum fuccum naturae fponte congerere. Ad haec, an naturalis aliqua et confueta excretio jam defierit. Quarto, an exercitatione, purgatione per vomitum alvumve, geftationibus, aut ufu aquarum fponte nafcentium folitum fupervacua expellere, id intermiferit. Atque in victu quidem videndum, an cruditas et crebrior et major, quam ex confuetudine, praeceflerit; an mali fucci cibis copiofe fe impleverit; an vinum pro antiquo muftum, pro tenui craffum aut turbidum biberit; an etiam prorfus a vino fe ad aquae potionem tranftulerit, nec femel bisve in quolibet horum peccaverit, fed affidue multoque tempore. Secundo (ficuti diximus) aeftimandum, num homo is, qui male habet, ex eorum numero fit, qui facile malum fuccum congerunt. Deprehendes id percontatus, an fcabie, aut lepra, aut vitiligine, aut pru-

συνέπεσεν, ἢ ἐρυσίπελας, ἢ ἕρπης, ἢ ἐλέφας, ἢ ὀφίασις, ἢ ἀλωπεκίασις, ἢ φλύκταιναι πλείους, ἢ ἑλκώδης ἐξάνθησις, ἢ ἐπινυκτίδες, ἢ ὅλως ὁτιοῦν τῶν ἐπὶ κακοχυμίᾳ γενωμένων τε καὶ αὐξανομένων συμπτωμάτων. ἐπὶ δὲ τούτοις ἐλέγομεν χρῆναι σκοπεῖσθαι, μὴ συνήθης τις ἔκκρισις ἐπέσχηται δι' ἐμέτων, ἢ δι' αἱμοῤῥοΐδος, ἢ σύριγγός τινος, ἢ δυσεντερίας, ἢ γυναικείων καταμηνίων· εἶθ' ἑξῆς, εἰ αὐτὸς ἐπιτηδεύων ἐκκαθαίρειν ἑαυτὸν ἀεὶ πέπαυται νῦν. ἔνιοι μὲν [119] γὰρ ὑπηλάτοις φαρμάκοις, ἔνιοι δὲ ἐμετηρίοις, ἢ οὐρητικοῖς, ἢ ἱδρωτικοῖς, ἢ χρήσεσιν ὑδάτων αὐτοφυῶν, ἤτοι θειωδῶν, ἢ ἀσφαλτωδῶν, ἢ νιτρωδῶν ἐκκενοῦντες ἑαυτῶν τὰ περιττώματα καθ' ἕκαστον ἔαρ ἢ φθινόπωρον, ὀλιγωροῦσιν ἐνίοτε, πολλοὶ δὲ, ὡς εἴρηται, καὶ γυμνασίων ἔθους ἀπέστησαν, ἔνιοι δὲ καὶ τρίψεως ἁπάσης, ἢ λουτρῶν, ἢ τῶν μετὰ τὸ βαλανεῖον ἐμέτων ἐπ' οἴνῳ γλυκεῖ. πρόδηλον δέ ἐστιν, ὡς ὁ λόγος οὐ μόνον τῶν τὴν ἀρίστην ἐχόντων κατασκευὴν ἐμνημόνευσεν, ἀλλ'

ritu crebro fit affectus; item an eryfipelas, aut herpes, aut elephantiafis, aut ophiafis, aut alopeciafis, aut puftulae crebrae, aut ulcerofa efflorefcentia, aut epinyctides, aut denique ullum fymptoma, quod ex vitiofo fucco et natum, et auctum eft, illum male habuerit. Ab his confiderandum diximus, confuetane ulla excretio retenta fit per vomitum, vel haemorrhoidas, vel fiftulam aliquam, vel dyfenteriam, vel per muliebria menftrua; deinde num ipfe medicamento fe purgare femper folitus id intermiferit. Nonnulli enim funt, qui dejectoriis medicamentis, alii vomitoriis aut urinam fudoremve cientibus, aut ufu fponte nafcentium aquarum, utique quibus aut fulphuris, aut bituminis, aut nitri vis ineft, vere vel autumno quotannis foliti excrementa vacuare, aliquando id negligunt. Multi (ut dictum eft) exercitationum confuetudinem dimiferunt. Alii rurfus omnis frictionis, aut balnei, aut a vino dulci poft balneum vomitionis morem praetermiferunt. Sane conftat, non illorum modo nos, qui optimo funt corporis temperamento, feciffe

ὑπὲρ τοῦ μηδὲν λείπειν τῷ καταλόγῳ τῶν τῆς κακοχυμίας αἰτιῶν ἐφήψατο καὶ τῶν ἀθροιζόντων φύσει κακοχυμίαν σωμάτων, ὑπὲρ ὧν ἐν ταῖς μοχθηραῖς κατασκευαῖς τοῦ σώματος ἐν τοῖς ἑξῆς ὑπομνήμασιν ἐπὶ πλέον ἐροῦμεν. ἐκ τούτων μὲν οὖν στοχάζεσθαι χρὴ τοῦ ποσοῦ τῆς κακοχυμίας, ἴασιν δὲ τῷ μέτρῳ τῆς ποσότητος ἐξευρίσκειν ἀνάλογον· εἰ μὲν ὀλίγη παντάπασιν ὑπάρχει, καὶ κατ᾽ αὐτὸ μόνον ἠθροισμένη τὸ δέρμα, μετριωτέραν, εἰ δὲ μείζων, καὶ διὰ βάθους, ἰσχυροτέραν. εἰρήσεται δὲ προτέρα μὲν ἡ τῆς ἐπιεικοῦς τε καὶ παρὰ τῷ δέρματι μόνον, ἑξῆς δὲ καὶ ἡ τῶν σαρκῶν ἐμπεπλησμένων, καὶ τρίτη πρὸς αὐταῖς, ὅταν ὅλον ἀκάθαρτόν τε καὶ περιττωματικὸν ὑπάρχῃ τὸ αἷμα. δοίη ἴδη μοι, πρῶτον μὲν ἐπὶ τὴν ἐξ ἀρχῆς ὑπόθεσιν ἀνελθών, εὔχυμόν τινα φύσει νεανίσκον, ἔμπροσθεν μὲν ὑγιεινῶς διαιτώμενον κατὰ πάντα, νῦν δὲ διά τινα χρείαν ἀναγκαίαν ἐν ὁδοιπορίᾳ πλέονι χρόνῳ διατετριφότα, μήτε γυμνάσασθαι τὰ συνήθη, μήτε λούσασθαι, κεχρῆσθαι δὲ ἐδέσμασι καὶ πόμασι μοχθηροῖς, καὶ μετὰ τὸ ἄριστον, ἢ

mentionem, fed, quo nihil in mali fucci caufarum catalogo fit praetermiffum, etiam eos, qui vitiofum fuccum natura prompte congerunt, fermone comprehendiffe; de quibus fufius inter vitiofos corporum ftatus proximis voluminibus agemus. Atque ex his quidem de mali fucci quantitate conjecturam facere oportebit, ac remedium ad menfurae ejus quantitatem proportione invenire, mediocrius, fi omnino fit exiguus et ad cutem tantum collectus, valentius, fi multus et in profundo. Prius vero ejus, qui exiguus et juxta cutem eft, curatio dicetur; deinde ejus, qui in carne refidet; tertio ab his loco ejus, cui totus fanguis impurus excrementofufque eft. Sed fi quis jam inftitutum mihi ab initio repetens boni fucci juvenem dederit, qui prius falubri omnino victus ratione fit ufus, nunc neceffitate quapiam urgente longi temporis iter confecerit, in quo nec exercitatus, nec lavatus pro confuetudine fuerit, cibis potuque mali fucci ufus fit,

Ed. Chart. VI. [119.] Ed. Baf. IV. (256. 257.)

τὸ δεῖπνον, ἢ καὶ δι' ὅλης τῆς ἡμέρας ἐπ' ὀχήματος ἐνηνέχθαι, μηδ' ὕπνου τὰ πολλὰ καλῶς ἀπολαύσαντα· προσκείσθω δὲ μηδὲν αὐτῷ πεπλημμελῆσθαι περὶ τὴν ποσότητα τῶν προσενηνεγμένων, καὶ διὰ τοῦτο μηδ' ἀπεψίᾳ τινὶ περιπεπτωκέναι τονδί. τὸν γὰρ τοιοῦτον ἄνθρωπον οὐκ ἐνδέχεται κακοχυμίαν ἠθροικέναι πολλήν. οὔκουν οὐδὲ τῆς ἐπανορθώσεως δεῖται μακρᾶς, ἀλλὰ χρὴ γυμνάσιον ἀποθεραπευτικὸν, οἷον ἐν τῷ πρὸ τούτου γράμματι διήλθομεν. εἴρηται δὲ καὶ περὶ τῆς ἀκολούθου διαίτης ἐν αὐτῷ. καὶ νῦν οὐδὲν ἔτι χρὴ μηκύνειν, ἀλλ' ἀνα(257)μνῆσαι μόνον, ὡς ὁ σκοπὸς τῶν οὕτω διακειμένων σωμάτων κένωσίς ἐστι τῶν κατὰ τὸ δέρμα περιττωμάτων, ὡς ἂν καὶ τῆς διαθέσεως ἐν τούτῳ μόνῳ γεγενημένης. ὑποκείσθω δὴ πάλιν ὁ αὐτὸς ἄνθρωπος ἐπὶ τοῖς ἄλλοις τοῖς αὐτοῖς ἀπεψίαις πλείοσι περιπεπτωκώς· ὑποκείσθω δὲ καὶ ἡ ἑλκώδης αἴσθησις αὐτῷ μὴ κατὰ τὸ δέρμα μόνον, ἀλλὰ καὶ διὰ βάθους, ὡς ὑπονοεῖν, ὅλον ἐμπεπλῆσθαι τὸ σῶμα τῆς κακοχυμίας. οὐκέτι τὸν τοιοῦτον οὔτ' ἐπὶ γυμνάσιον ἄξομεν, οὔτ' ἐπὶ κίνησιν ὅλως

tum a prandio, vel coena, vel etiam toto die vehiculo fit vectus, nec bene plerumque dormierit; illud tamen addatur, nihil huic in modo affumptorum erratum effe, proindeque nec in cruditatem ullam incidiffe: talis multum mali fucci congeffiffe profecto nequiverit; itaque etiam nec curationem prolixam requirit, imo exercitationem tantum, quae apotherapia dicitur; quam in proximo ante hunc libro docuimus, ubi pariter de accommodata ei rei victus ratione praecepimus; quo minus eft hic multis morandum. Tantum ejus meminiffe conveniet, huc omne confilium dirigere, qui corpora fic affecta curat, ut excrementa, quae circa cutem funt, educat, propterea quod affectus in hac una confiftit. Itaque rurfus detur, eundem juvenem praeter alia, quae eadem fint, etiam in cruditates faepe incidiffe; detur et ulceris fenfum habere non cute tenus modo, verum etiam altius in corpore, fic ut totum id malis fuccis refertum fufpicari liceat: huic nec exercitationem, nec ullum omnino

οὐδ. ίαν, ἡσυχάσαι δὲ καὶ ὑπνῶσαι κελεύσαντες, ἐν ἀσιτίᾳ φυλάξ. ιεν ὅλην τὴν ἡμέραν· εἶτ᾽ εἰς ἑσπέραν ἀλείψαντές τε λιπαρῶς καὶ λούσαντες εὐκράτῳ θερμῷ, τροφὴν εὔχυμον καὶ ῥοφηματώδη δώσομεν ὀλιγίστην· οὐκ ἀφέξομεν δ᾽ αὐτὸν οὐδ᾽ οἴνου, συμπέττει γὰρ καὶ τοὺς ἡμιπέπτους χυμοὺς ὁ οἶνος, εἴπερ τι καὶ ἄλλο, καὶ ἱδρῶτας καὶ οὖρα προτρέπει, καὶ ὕπνῳ συντελεῖ. δεόμεθα δ᾽ ἐπὶ τῶν οὕτως ἐχόντων, ὅσον μὲν ἤδη ἀκριβῶς μοχθηρόν ἐστι τῆς κακοχυμίας πεφθῆναι μηκέτι δυναμένης, ἱδρῶσί τε καὶ οὔροις ἐκκενῶσαι, τὸ δ᾽ οἷον ἡμίπεπτον ἔτι συμπέψαι τε καὶ χρηστὸν ἀπεργάσασθαι. τοῦτο δὲ κάλλιστα δι᾽ ἡσυχίας καὶ ὕπνου ἀποτελεῖται. εἰ μὲν οὖν ἐπὶ τοῖς εἰρημένοις κατα[120]σταίη τὸ σύμπτωμα, πρὸς τὰ συνήθη κατ᾽ ὀλίγον ἐπαναγαγεῖν χρὴ τὸν ἄνθρωπον. εἰ δὲ καὶ κατὰ τὴν ἑξῆς ἡμέραν ἔτι παραμένοι, σκεπτέον ἤδη περὶ βοηθήματος ἰσχυροτέρου, καὶ μάλιστα εἰ διὰ τῆς νυκτὸς ἤιοι κοπώδης ἐπὶ μᾶλλον, ἢ ἀσώδης, ἢ ἄγρυπνος, ἢ ἐν ὕπνοις καὶ φαντασιώδεσι καὶ

motum injungemus, fed quiefcere ac dormire eum quum julferimus, in abftinentia totum diem exigere cogemus; dein vefperi pinguiter eum quum unxerimus et temperato balneo mediocriter laverimus, pro cibo dabimus forbitionem aliquam boni fucci, fed plane quam minimam; nec tamen vino eum abftinere jubebimus; concoquit enim id femicrudos humores, quantum aliud quidvis, tum fudorem urinamque promovet, ac fomnum conciliat. In iis autem, qui ita fe habent, id agendum nobis eft, ut, quod mali fucci jam plane corruptum eft, nec concoqui etiam poteft, id fudore urinaque expellatur, quod femicoctum adhuc eft, concoquatur atque utile reddatur. Id autem optime quiete fomnoque perficitur. Si ergo his peractis malum confliterit, ad confuetudinem rurfus paulatim reducendus homo eft. Sin in pofterum etiam diem duret, de valentiore jam remedio eft cogitandum, maxime fi per noctem vel laffitudo magis, quam ante, vel faftidium infeftet, vel pervigilet, vel fomnos turbatos

ταραχώδεσι γένοιτο. τοὺς γὰρ τοιούτους, σὺν μὲν ἰσχυρᾷ τῇ δυνάμει, δυοῖν θάτερον, ἢ φλεβοτομεῖν, ἢ καθαίρειν προσήκει, διορισαμένους, ὁποτέρου δεῖ μᾶλλον, ὡς ἐφεξῆς ἐρῶ· σὺν ἀσθενεῖ δὲ, φλεβοτομεῖν μὲν οὐδαμῶς, ὑποκαθαίρειν δὲ μετρίως. ὁποῖαι δ᾽ εἰσὶν αἱ μέτριαι καθάρσεις, ἐν τοῖς ἑξῆς εἰρήσεται, πρότερόν γε διορισαμένων ἡμῶν τὰ πρότερον. τῆς γὰρ δυνάμεως ἰσχυρᾶς οὔσης, καὶ τοῦ κόπου παραμένοντος, ἐπισκεπτέον, εἴτε μετὰ πλήθους αἵματος, ἢ ὠμῶν καὶ ἀπέπτων χυμῶν, εἴτε αὐτὴ καθ᾽ ἑαυτὴν μόνη γέγονεν ἡ τὸν κόπον ἐργαζομένη κακοχυμία. εἰ μὲν γὰρ μετὰ πλήθους αἵματος, ἤτοι φλεβοτομητέον, ἤ τι τῶν ἀναλόγων τῷδε πρακτέον. ἀνάλογα δέ ἐστι τάδε· τοῖς μὲν αἱμοῤῥοΐδας ἐπεσχημένοις ἐκείνας ἀναστομῶσαι, ταῖς δὲ γυναιξὶ τὴν διὰ μήτρας ἔκκρισιν κινῆσαι, ὥσπερ γε καὶ οἷς τούτων οὐδέν ἐστιν, ἀποσχάσαι τὰ σφυρά, κἄπειθ᾽ οὕτως ὑποκαθαίρειν φαρμάκῳ, ὃ μάλιστα οἰκεῖον τῇ κακοχυμίᾳ. μόνης δὲ συστάσης τῆς κακοχυμίας ἄνευ πλήθους αἵματος,

et imaginationibus inquietos habeat; his enim, si vires non dissuadent, duorum alterum, aut sanguis mittendus est, aut purgatio exhibenda, sed discernentibus nobis, utrum magis expediat, ut mox dicetur. Sin vires imbecilliores dehortentur, sanguis mittendus haudquaquam est, sed dejectio mediocris adhibenda. Cujusmodi autem dejectio mediocris sit, in sequentibus docebimus, si prius, quae priora sunt, definiverimus. Nam virium robore constante, si lassitudo adhuc infestat, aestimandum est, cum sanguinisne copia, an cum crudis ac minime concoctis humoribus, an per se solus consistat vitiosus humor, qui lassitudinem creat. Nam si cum sanguinis copia, aut vena incidenda, aut aliquid, quod tantumdem valet, agendum. Sane tantumdem possunt haec: quibus haemorrhoides sunt retentae, si has aperueris; si mulieri menstrua consuetudo cessavit, hanc si provoces; si quibus horum nihil est, si malleolos scalpello incidas. Post haec alvus eo medicamento dejicienda est, quod maxime accommodatum malo succo sit. Quod si vitiosi tantum succi,

ἐπὶ τὴν οἰκείαν τῷ λυποῦντι περιττώματι κάθαρσιν ἔρχεσθαι χρή. λυπεῖ δὲ ποτὲ μὲν ἤτοι πικρόχολον, ἢ μελαγχολικὸν, ἔστι δ᾽ ὅτε φλεγματῶδες, ἢ ἁλυκὸν, ἢ ὀξὺ, καὶ τούτων ἕκαστον ἢ ὀῤῥωδέστερον, ἢ παχύτερον, ἢ μέσον πως κατὰ τὴν σύστασιν· ὑπὲρ ὧν τῆς διαγνώσεως ἤδη λέγωμεν. εἰ μὲν ἅμα τισὶν ἐξανθήμασιν ἡ κοπώδης γένηται διάθεσις, ἐξ ἐκείνων ἕτοιμον εὑρίσκειν, ὁποῖόν τι τὸ εἶδός ἐστι τοῦ περιττώματος· εἰ δὲ τούτων χωρὶς, ἐπὶ μὲν εὐχύμου φύσεως ἔκ τε τῶν προηγησαμένων ἐδεσμάτων, καὶ τῶν ἄλλων ἁπάντων, ὁπόσα συνέπεσεν αὐτῷ, κακοχύμου δ᾽ ὄντος φύσει, κἀντεῦθέν τι ληπτέον. εἰρήσεται δ᾽ ἐπὶ πλέον αὖθις ὑπὲρ τῶν τοιούτων κράσεων· νυνὶ δὲ περὶ τῶν ἄλλων λεκτέον, ἐξ ὧν καὶ αὐτῶν ἔνεστι τεκμήρασθαι τὸ τῆς κακοχυμίας εἶδος. ἀργότερον μὲν γὰρ διῃτημένοις φλεγματωδέστερος ἀθροίζεται χυμός· ἐν πόνοις δὲ πλείοσιν ἤτοι πικρόχολος, ἢ μελαγχολικὸς, ἐν θέρει μὲν πικρόχολος, ἐν φθινοπώρῳ δὲ μελαγχολικός. ἀλλὰ καὶ τῶν πόνων τὸ μῆκος ἐπισκεπτέον·

hique citra fauguiris copiam fubfint, purgatio petenda eft, quae infeftanti excremento fit accommoda. Infeftat vero alias biliofum, alias melancholicum, alias pituitofum, fed quod vel falfum vel acidum fit, atque horum quodlibet aut fero propius, aut craffius, aut media quapiam confiftentia; de quorum difcernendorum notis nunc agamus. Si cum puftulis quibufdam laffitudinis affectus confiftat, ex his facilis inventu erit excrementi fpecies; fin abfque his, in boni quidem fucci corporibus tum ex iis qui praecefferunt cibis, tum reliquis, quae ipfis inciderunt. In iis vero, qui malos fuccos natura colligunt, hinc quoque nonnihil capiendum. Sed de ejufmodi temperamentis uberius poft agetur; nunc de reliquis agamus, ex quibus licet de mali fucci fpecie conjecturam accipere. Hoc vero eft mali fucci argumentum. Qui enim in otio degunt, ii pituitofum acervare fuccum folent. Quos multus labor exercet, ii biliofum vel melancholicum, illum aeftate, hunc autumno gignunt. Quin etiam, an diuturni labores fuerint, infpiciendum eft;

ὅσῳ γὰρ ἂν ὦσι πολυχρονιώτεροι, τοσούτῳ μᾶλλον ἐπὶ τὸ μελαγχολικὸν ἐκτρέπονται. καὶ τοίνυν, ὅσοι μὲν ἅμα πολλοῖς ἱδρῶσιν ἐγένοντο, παχύτερον ἐργάζονται τὸ περίττωμα, λεπτότερον δὲ οἱ χωρὶς ἱδρῶτος, ὥσπερ οἱ ἐν χειμῶνι καὶ ὅλως ταῖς ψυχραῖς καταστάσεσι. συνεπισκεπτέον δ᾽ ἐν τῷδε καὶ περὶ τῶν οὔρων τοῦ πλήθους, ὥσπερ γε καὶ περὶ τῆς τῶν ἱδρώτων ποιότητος· οἱ μὲν γὰρ ὀξώδεις, οἱ δὲ ἁλμυροὶ, οἱ δὲ οἷον βορβόρου τινὸς ἢ βρόμου σαφῶς ὄζουσιν. ἔνεστι δὲ τοῦτο καὶ διὰ τῆς στλεγγίδος, ὁπότε λούονται, σκοπεῖσθαι. πολλάκις γοῦν ἐφάνη πικρόχολος ἀκριβῶς, οἷος ἐπὶ τῶν ἰκτεριώντων ἀποκρίνεται. διάγνωσις δ᾽ αὐτῆς ῥᾳδία καὶ πρὸ τῆς γεύσεώς ἐστιν ἐκ μόνης τῆς χροιᾶς· ὠχρὰ γὰρ ὁμοίως τῇ τοιαύτῃ χολῇ φαίνεται. πολλάκις γε μὴν ἐπὶ πόνοις ἰσχυροτάτοις καὶ καύμασι σφοδροτάτοις ἀκριβῶς ξανθὴ ὤφθη. καὶ μὲν δὴ καὶ μέσος ποτὲ καὶ μικτὸς ἐξ ἀμφοῖν, οἷον ὠχρόξανθός τις, ὥσπερ καὶ ὁ τῆς χολῆς χυμός. ἔστι γὰρ καὶ τοῦτον ἰδεῖν ἐν ἐμέτοις τε καὶ

quanto enim fuerint longiores, tanto funt ad melancholiam generandam magis proclives. Praeterea, qui cum multo fudore fiunt, ii craffius excrementum faciant; qui fine fudore peraguntur, magis tenue, veluti qui hyeme et frigido aëris ftatu fufcipiuntur. Confiderandum ad haec eft aliquid non folum de urinae multitudine, fed etiam de fudoris qualitate; hic namque partim acidus, partim falfus eft, partim veluti lutum aut virus plane olet; licet autem hoc ex ftrigili deprehendere, quum lavantur. Saepe namque amarus plane apparuit, qualis utique morbo regio laborantibus emittitur. Ejus vero dignotio etiam citra guftum facilis eft ex folo colore. Quippe pallidus pro ejufmodi bilis ratione apparet. Saepe tamen poft validiffimos labores et vehementiffimum aeftum plane flavus confpectus eft. Aliquando medius atque ex ambobus mixtus cernitur, veluti quodammodo ex pallido flavus, quemadmodum et humor ipfe biliofus; hunc enim in vomitu dejectioneque aut pallidum, aut

διαχωρήμασιν ἤτοι γ' ὠχρὸν, ἢ ξανθὸν, ἢ ἐξ ἀμφοῖν σύνθετον. [121] ὁποῖος δ' ἂν οὗτος ἐν τῷ σώματι περιέχηται, τοιοῦτον ἀναγκαῖον αὐτοῦ φαίνεσθαι καὶ τὸν ὀῤῥόν. ὁ μὲν οὖν ἱδρὼς τῶν καθ' ὅλον τὸ σῶμα πλεοναζόντων χυμῶν ἐστι γνώρισμα, τὸ δ' οὖρον ἐκείνων μόνον, ὅσοι περ ἂν ἐν τοῖς ἀγγείοις περιέχονται. μηδὲν οὖν παραλιπεῖν ὅλως, ἀλλὰ καὶ τοὺς ἱδρῶτας ἐπισκεπτέον, ὡς εἴρηται. νῦν δὲ καί ποτ' αὐτὸν τὸν κάμνοντα κελεύειν αὐτοῦ ἀπογεύεσθαι πρὸς ἀκριβεστέραν διάγνωσιν· ὅπερ εἴωθεν ἔστιν ὅτε καὶ αὐτόματον γενέσθαι, παραῤῥυέντος εἰς τὸ στόμα τοῦ καταφερομένου πολλάκις ἔκ τε τοῦ μετώπου καὶ τῶν τούτου μορίων. ἐπισκεπτέον δὲ καὶ τῶν οὔρων τήν τε σύστασιν ἅμα καὶ τὴν χρόαν. οὐ παραλειπτέον δὲ οὐδὲ τὰ ἐναιωρούμενα, οὐδὲ τὰ ὑφιστάμενα ἀνεπίσκεπτα. τὰ τοιαῦτα σύμπαντα γὰρ δηλοῖ ἀκριβῶς, ὁποῖόν τι ἐν ἀγγείοις ἐστὶν αἷμα. χολώδους μὲν οὖν ὄντος, ἀναγκαῖόν ἐστι καὶ τὸν ὀῤῥὸν αὐτοῦ χολώδη φαίνεσθαι καθ' ἑκατέραν τῆς χολῆς ἰδέαν, ὁμοίως δ' ἔτι καὶ φλεγματώδους ὑπάρχοντος. ὅταν μὲν οὖν ἀκριβῶς

flavum, aut ex utroque compositum licet intueri. Qualiscunque vero is in corpore habetur, tale necesse est ejus appareat serum. Ac sudor quidem succorum, qui in universo corpore abundant, nota est; urina eorum tantum, qui vasis continentur. Omnino ergo nihil omittendum, sed sudor quoque ipse, ut modo diximus, inspiciendus. Aliquando vero ipsum, qui afficitur, gustare sudorem suum, quo certius internoscatur, jubemus; id quod aliquando sua sponte accidere solet, dum ex fronte et ejus partibus in os saepe delabitur. Aestimare praeterea urinae tum consistentiam, tum colorem oportebit. Sed nec quae in ea pendent aut subsidunt praetermittere conveniet, sed omnia perpendere. Cujusmodi enim sanguis sit, qui vasis continetur, ea plane ostendunt; quando, si is biliosus sit, serum quoque ejus biliosum esse necesse est, idque pro utriusvis bilis ratione; simili modo pituitosum, si is sit pituitosus. Ergo, ubi crudus plane is est, utique

Ed. Chart. VI. [121.] Ed. Baf. IV. (257.)

ἄπεπτον ὑπάρχῃ, λεπτὸν καὶ ὑδατῶδές ἐστι τὸ οὖρον, οὔθ᾽ ὑπόστασιν ἴσχον, οὔτε ἐναιώρημά τι· πεττομένου δὲ ταῦτα φαίνεται, καί τινες ἄνωθεν ἐφίστανται νεφέλαι λεπταὶ, καθάπερ καὶ ἡ καλουμένη γραῦς καὶ ἐπίπαγος ἐπὶ τῶν ἀποψυχομένων ζωμῶν. εἰ δὲ θολερὸν, οἷον καὶ τὸ τῶν ὑποζυγίων, φαίνοιτο, δηλώσει ἐμπεπλῆσθαι μὲν τῶν καλουμένων ὠμῶν χυμῶν τὰς φλέβας, οὐ μὴν ἡσυχάζειν γε περὶ αὐτοὺς τὴν φύσιν, ἀλλὰ πέττειν ἐῤῥωμένως. εἰ δὲ καὶ διακρίνοιτο ταχέως τὸ ὑφιστάμενον, λευκόν τε εἴη καὶ λεῖον καὶ ὁμαλὲς, ὅσον οὔπω φήσει κρατήσειν ἁπάντων αὐτῶν τὴν φύσιν. εἰ δ᾽ οὐρησάντων μὲν εἴη καθαρὸν, ἀναθολωθείη δ᾽ εὐθέως, ἐπιχειρεῖν τῇ πέψει τῶν ὠμῶν χυμῶν ἐνδείκνυται τὴν φύσιν, εἰ δὲ μετὰ πλείονα χρόνον, οὐκ εὐθὺς, ἀλλ᾽ ὕστερον ἐπιχειρῆσαι. κοινὸν δ᾽ ἐπὶ πάντων οὔρων θολερῶν ἔστω σοι γνώρισμα ἡ διάκρισις, ἤτοι ταχέως, ἢ βραδέως, ἢ μηδ᾽ ὅλως γιγνομένη. εἰ μὲν οὖν ταχέως γίγνοιτο, καὶ τὸ ὑφιστάμενον εἴη λευκὸν καὶ λεῖον καὶ ὁμαλὲς, ἰσχυροτέραν

tenuis aquofaque urina cernitur, nihil nec quod fubfideat, nec quod pendeat, in fe habens; at vero concoctus, haec in urina apparent, atque etiam nubeculae quaedam defuper tenues fuperftant, veluti quae in fummo lacte colligitur, et quae in fummo refrigerati jufculi concrevit. Quod fi turbida fit, qualis veterinorum vifitur, crudis vocatis humoribus refertas quidem venas indicabit, non tamen ceffare naturam, fed eos valenter concoquere. Si vero celeris feparati craffi a liquido in ea cernitur, fitque, quod fubfidit, album, laeve et aequale, jamjam fuperaturam eos omnes naturam indicabit. Sin, quum emingitur, pura fit, protinus vero turbetur, jam crudi fucci concoctionem aggredi naturam docet. At fi interpofito tempore *turbetur*, non protinus, fed poft aggreffuram infinuat. Verum omnium quae turbantur urinarum generalis nota efto ipfius craffi a liquidiore feparatio, aut propere aut tarde facta, aut omnino nulla. Ergo, fi protinus fiat, et quod fubfidit fit album, laeve et ae-

ἐνδείκνυται μακρῷ τὴν φύσιν ὧν πέττει χυμῶν. εἰ δ᾽ ἀγαθὴ μὲν ἡ ὑπόστασις, ἐν χρόνῳ δὲ γίγνοιτο πλέονι, καὶ τὴν φύσιν ἐν χρόνῳ πλέονι κρατήσειν τῶν χυμῶν ἐπαγγέλλεται. εἰ δ᾽ ἤτοι μὴ διακρίνοιτο παντάπασιν, ἢ σὺν μοχθηραῖς ὑποστάσεσιν, ἀσθενής ἡ φύσις ἐστὶ καὶ δεῖται βοηθείας τινὸς εἰς τὸ πέψαι τοὺς χυμούς. (258) ὥσπερ δὲ τὰ οὖρα τῶν ἐν τοῖς ἀγγείοις χυμῶν ἐνδείκνυται τὴν διάθεσιν, οὕτως οἱ ἱδρῶτες, καὶ τὰ ἄλλα τὰ περὶ τὴν σύμπασαν ἕξιν τοῦ ζώου φαινόμενα τῶν κατ᾽ ἐκείνην ἐστὶ δηλωτικά. θερμοτάτη μὲν γὰρ αἴσθησις ἀήθης ἐν αὐτῇ γίνεται, τῶν θερμῶν ἐπικρατούντων χυμῶν, ψυχροτάτη δὲ, τῶν ψυχρῶν. καὶ λευκότεροι μὲν ἐπὶ ταῖς τοῦ φλέγματος, ὠχρότεροι δὲ ἐπὶ ταῖς τῆς χολῆς φαίνονται πλεονεξίαις, εἰ δὲ καὶ ἀκρατεστέρα ποτ᾽ εἴη, ξανθότεροι. τὸ γὰρ χρῶμα τῶν χυμῶν ἐστιν, οὐ τῶν στερεῶν τοῦ ζώου μορίων, ὅταν γε μὴ ὑποχωρήσωσιν εἰς βάθος οἱ χυμοί. συμβαίνει δ᾽ αὐτοῖς τοῦτο διὰ κρύος, ἢ ῥῖγος, ἢ πάθος ψυχικὸν, οἷον φόβον, ἢ λύπην ἰσχυρὰν,

quale, fuperiorem longe naturam fuccis, quos concoquit, oftendit. Sin bonum fit, quod fubfidit, fed quod poft longius interpofitum tempus colligatur, etiam naturam temporis fpatio fuperaturam fuccos nunciat. Si vero vel omnino nulla feparatio, vel id, quod fubfidit, malum fit, imbecillitas naturae fignificatur, egetque ope aliqua ad fuccos percoquendos. Sicuti vero urina fuccorum, qui in vafis funt, affectum prodit, ita fudor aliaque, quae per univerfum animalis habitum apparent, eos, qui illic funt, affectus demonftrant. Calidiffimus namque fenfus infuetus fit, fuperantibus in eo calidis fuccis, frigidiffimus vero, quum frigidi dominantur. Jam albiores pituita fuperante, pallidiores bili abundante cernuntur; quod fi meracior bilis fit, etiam plane flaviores. Siquidem color a fuccis provenit, non ex folidis animalis partibus, utique quum fe fucci in altum non receperunt. Accidit vero id illis propter frigora, rigores, vel animi affectus, veluti timorem, vel ingentem triftitiam, vel in-

ἢ ἀρχομένην αἰδῶ· μηδενὸς δὲ τούτων παρόντος, οὐκ ἄν ποθ᾽ ὑπονοστήσειαν εἰς τὸ βάθος οἱ χυμοὶ, ὥσπερ οὐδ᾽ ἐπικαύσαιεν ἄν ποτε τὸ δέρμα βιαιότερον ὁρμήσαντες ἐπ᾽ αὐτὸ χωρὶς τοῦ παθεῖν τι τὴν ψυχὴν, ἢ θάλπος ἄμετρον ἔξωθεν περιστῆναι τὸ ζῶον. ὀργισθέντων οὖν ποτ᾽ ἰσχυρῶς, ἢ θυμωθέντων, ἢ τὴν ἐκ τῆς αἰδοῦς οἷον ἄμπωτιν τῶν χυμῶν ἀναφερομένων, μὴ προσέχειν τὸν νοῦν τῇ χρόᾳ. χωρὶς δὲ τοῦ βιάζεσθαι τὸ περιϊστάμενον ἔξωθεν ἤτοι ψυχρὸν, [122] ἢ θερμὸν, ἤ τι πάθος ὧν ἀρτίως εἴρηται γεγενημένον, ἀψευδής ἐστιν ἡ ἐκ τῆς χροιᾶς τοῦ ζώου διάγνωσις τῶν χυμῶν. ὡς οὖν τὸ μὲν λευκότερον ἑαυτοῦ γεγονὸς σῶμα τὸν φλεγματικὸν ἐπικρατεῖν ἐνδείκνυται χυμὸν, τὸ δ᾽ ὠχρότερον ἢ ξανθότερον τὸν χολώδη, κατὰ τὸν αὐτὸν τρόπον καὶ ἡ ἐπὶ τὸ ἐρυθρότερον ἐκτροπὴ τοῦ κατὰ φύσιν αἷμα πλεονάζειν, ἡ δὲ ἐπὶ τὸ μελάντερον τὴν μέλαιναν χολὴν δηλοῖ. δόξειε δ᾽ ἄν σοί ποτε καὶ οἷον μολίβδου τὴν χρόαν ἔχειν, καὶ αὖθις οἷόν τις μίξις εἶναι λευκοῦ τε ἅμα καὶ πελιδνοῦ, καί ποτε τὸ πελιδνὸν αὐτὸ

cipientem verecundiam: quorum nullum si adsit, nunquam se in altum recipient succi, quemadmodum nec in cutem violentius irruentes hanc adurent unquam, quin animus aliquo modo affectus sit, aut aestu immodico animal extrinsecus obsideatur. Ergo vehementer commotis, aut iratis, aut in pudore veluti reciprocantibus se humoribus inspicere colorem non oportet. At si nec ambientis violentia calidi frigidive, nec ullus animi affectus, cujusmodi jam dictus est, subsit, certissima succi animalis cognitio ex colore datur. Tanquam igitur corpus, sicubi albius solito est effectum, pituitosum abundare succum indicat, sicubi pallidius aut flavius, biliosum, ita, sicubi ad rubicundius, quam pro natura, est mutatum, sanguinis abundantiam subesse significat, sicubi ad nigrius, nigram superesse bilem ostendit. Videas praeterea, ceu plumbi colorem aliquando nonnullos habere, rursus aliquando ceu mixturam esse albi lividique, aliquando livorem solum sine

μόνον ἐπικρατεῖν ἄνευ τοῦ λευκοῦ. τὰ τοιαῦτα οὖν χρώματα τὸν ὠμὸν ἐπικρατεῖν ἐνδείκνυται χυμὸν, ἐν εἴδει μὲν ὑπάρχοντα φλέγματος, ἧττον δ' ὑγρὸν ὄντα τοῦ συνήθους ὀνομαζομένου φλέγματος. ὡς τὰ πολλὰ δὲ οὐδὲ γλισχρότης αὐτῷ πρόσεστιν· ὡς, εἴ γε προσήκοι, τὸν τοιοῦτον χυμὸν ὁ Πραξαγόρας ὑαλώδη καλεῖ, ψυχρὸν μὲν ἱκανῶς ὑπάρχοντα, παχύτερον δ' ἧττον ὄντα τοῦ κατ' ἐξοχὴν ὠμοῦ προσαγορευομένου. κοινῇ μὲν γὰρ οἱ τοιοῦτοι χυμοὶ λευκοί τε καὶ ὠμοὶ πάντες εἰσὶ, προσαγορεύεται δ' αὐτῶν ἄλλος ἄλλῃ προσηγορίᾳ. καὶ οὐ τοῦ νῦν ἐνεστῶτος καιροῦ διορίσασθαι πάντας αὐτούς· μόνου γὰρ εἰς τὰ παρόντα τοῦ κοινῇ πᾶσι συμβεβηκότος δεόμεθα, τοῦ μηδέπω κατειργάσθαι τελέως αὐτοὺς ὑπὸ τῆς φύσεως, ἀλλ' ἔθ' ὑπάρχειν ὠμούς. ἐν μεθορίῳ γάρ ἐστι τὸ αἷμα τῶν τε χολωδῶν χυμῶν καὶ τούτων, ὧν τὸ γένος ἑνὶ προσρήματι καλεῖν ἔξεστιν ἢ ὠμὸν χυμὸν, ἢ φλέγμα. ἐκεῖνοι μὲν γὰρ ὑπερκατεργασθέντος ἀποτελοῦνται τοῦ αἵματος, οὗτοι δ' οὐδέπω γεγονότος. ἔστι δ' ἑκατέρων ἄπειρος μὲν ἡ κατὰ μέρος διαφορὰ, διώρισται

albo confiftere. Ergo ejufmodi colores crudum dominari fuccum indicant; qui quum de genere fit pituitae, minus tamen humiditatis habet, quam ea quae publice vocatur pituita; plerumque vero huic nec lentor ineft. Nam is fi adfit, Praxagoras ejufmodi fuccum vitreum appellat, egregie quidem frigidum, craffum tamen eo, quem crudum per excellentiam vocant, certe minus. Generaliter igitur ejufmodi fucci omnes albi crudique funt, nomenclaturam vero alius aliam fortitur. Nec attinet ad praefentem difputationem eos omnes diftinguere, quippe ad quam illud tantum commune omnium accidens pertinet, quod hi fucci percocti a natura non fint, fed crudi adhuc maneant. Siquidem fanguis in medio eft biliofortum atque horum, quorum utique genus uno vocabulo appellare licet vel crudum fuccum, vel pituitam. Illi namque ex fanguine fiunt, ubi fupra juftum modum eft percoctus, hi vero eo nondum perfecto. Sunt autem utriufque generis innumerae particulares differentiae, caeterum quae

δέ πως ἤδη πρὸς τῶν περὶ τὰ τοιαῦτα δεινῶν εἴδεσιν εὐαριθμήτοις· ὧν οὐδ᾽ αὐτῶν ἀναγκαῖόν ἐστιν μεμνῆσθαι τῶν ἁπασῶν, ἀλλ᾽ ἀρκεῖ μόνον εἰς ἓν ἀγαγεῖν τὸ κεφάλαιον, ὅπερ οἷον σκοπόν τινα ποιήσασθαι προσῆκον τῶν πρακτέων. ἐπειδὴ γάρ οἱ μέν τινές εἰσι, πρὶν ἀκριβῶς αἱματωθῆναι τὴν τροφὴν, οἷον ἡμίπεπτοί τινες, οἱ δ᾽ ἄπεπτοι παντάπασιν, οἱ δ᾽ ὀλίγον ἀποδέοντες αἵματος ἰδέας, ἕτεροι δ᾽ ἔσχατοι τῆς αἱματώσεως, ἀμετρίᾳ θερμότητος ἑπόμενοι, καὶ τούτων αὐτῶν οἱ μὲν ὀλίγον ἀποκεχωρηκότες αἵματος, οἱ δὲ πλέον, οἱ δὲ πλεῖστον, ἐπὶ μὲν τῶν ὀλίγον ἀπεχόντων ἐφ᾽ ἑκατέρῳ θαῤῥούντως χρῆσθαι φλεβοτομίᾳ, ἐπὶ δὲ τῶν πλέον εὐλαβέστερον, ἐπὶ δὲ τῶν πλεῖστον οὐδ᾽ ὅλως. συνεπισκοπεῖσθαι δὲ πειρᾶσθαι καὶ τὸ ποσὸν ἐν αὐτοῖς, οἷον, εἰ οὕτως ἔτυχεν, ἂν μὲν ὀλίγον ὑπάρχῃ τὸ χρηστὸν αἷμα, πλεῖστος δ᾽ ἄλλος τις χυμὸς, ἀφίστασθαι τῆς φλεβοτομίας· ἂν δ᾽ οὗτος μὲν ὀλίγος ᾖ, δαψιλὲς δ᾽ ὑπάρχῃ τὸ αἷμα, θαῤῥούντως χρῆσθαι ταῖς φλεβοτομίαις.

ab iis, qui in talibus sunt periti, in numeratas species sunt jam descriptae; quarum tamen ipsarum adeo hic omnium meminisse necesse non est, ut etiam satis sit eas ad unum caput redigere, quod tibi veluti scopum agendorum proponas. Nam quoniam alii prius, quam ad exactum sanguinem nutrimentum perveniat, veluti semicocti sunt, alii prorsus incocti crudique, alii paulo absunt a sanguinis forma, rursus alii sanguificationis veluti ultima pars, qui utique excessu caloris proveniunt, quorum alii paululum, alii plus, alii plurimum a sanguine recesserunt: ubi paululum vel citra sanguinem restiterunt, vel ultra processerunt, audacter mittendus sanguis est; ubi plus, consideratius agendum; ubi plurimum, in his nullus omnino mittendus est. Inspicere vero et quantitatem convenit, ut verbi gratia, si bonus sanguis exiguus sit, reliquus vero succus plurimus, utique in his abstinendum a detractione sanguinis est; sin is quidem exiguus, sanguis vero copiosus, audacter incidenda vena est.

Ed. Chart. VI. [122. 123.] Ed. Baf. IV. (258.)
εἶθ᾽ οὕτως, ὡς εἴρηται πρόσθεν, ὑπάγειν γαστέρα πρός τε τὸ πλῆθος ἀφορῶντα καὶ τὴν ἰδέαν τοῦ πλεονάζοντος χυμοῦ. εἰ δέ τις ἤτοι δι᾽ ἡλικίαν ἢ διὰ δειλίαν οὐκ ἐθέλοι παρέχειν ἑαυτὸν τῷ ἰατρῷ πρὸς οὐδένα τρόπον αἵματος ἀφαιρέσεως, ἐπὶ κάθαρσιν ἰσχυροτέραν ἄγειν αὐτόν. εἰ δὲ καὶ ταῦτα ὑποπτεύοι, δι᾽ ἑτέρων ἐκκενοῦν τὸ περιττόν. ἐπὶ μὲν οὖν τῆς ὑποκειμένης ἐν τῷ λόγῳ φύσεως οὐδὲν χαλεπὸν ἐξευρεῖν ἑτέρας κενώσεις· ἐπ᾽ ἄλλων δὲ μετὰ διορισμῶν ἀκριβεστέρων ἐξευρίσκειν αὐτὰς προσήκει, οὓς αὖθις ἐροῦμεν, ἐπειδὰν πρότερον ὑπὲρ τῆς εὐχύμου φύσεως εἴπωμεν. ὑποκείσθω γὰρ ὁ τοιοῦτος ἄνθρωπος ἐπὶ μοχθηρᾷ διαίτῃ κοπώδης γεγενημένος, εἶτ᾽ ἐξ ὧν εἰρήκαμεν σημείων, ἐν μὲν τῷ φλεβώδει γένει τῶν ἀγγείων παρεμφαινέσθω τι πλῆθος αὐτῷ χυμῶν ἡμιπέπτων, [123] ἐν δὲ τῷ ὅλῳ σώματι τούτων δὴ τῶν δακνωδῶν, οἷς ὁ κόπος εἵπετο, συνηυξήσθω δέ πως αὐτῷ καὶ τὸ αἷμα. μάλιστα μὲν οὖν, ὡς εἴρηται, ἐχρῆν τοῦ αἵματος ἀφελόντα καθῆραι τοὐντεῦθεν

Deinde dejicere (ut dictum est) alvum oportet, ratione habita abundantis fucci copiae pariter et speciei. Quod si quis propter vel aetatem vel timiditatem permittere se medico ad sanguinem ullo modo detrahendum nolit, huic dejicienda largius alvus est, aut, si id quoque suspectum habet, alia ratione educendum supervacuum est. Ac in proposita nobis hactenus natura alias vacuandi rationes invenire difficile non est; in aliis cum discretione et diligenti examine disquiri eas conveniet. Eam discretionem post trademus, ubi de proposita boni fucci natura tractationem absolverimus. Pone enim talem hominem ex mala victus ratione lassitudine affectum, deinde ex iis quas retulimus notis in venoso vasorum genere apparere subesse illi copiam semicrudorum fuccorum, in reliquo vero corpore toto multitudinem horum sane mordacium, quos lassitudo secuta est, auctus praeterea illi quodammodo et sanguis esto. Maxime ergo (ut dictum est) detrahere primo de sanguine oportet, deinde fuccum

ἐκεῖνον τὸν χυμὸν, ὅς ἂν ἐπικρατεῖν φαίνηται. μὴ προσιεμένου δὲ τὴν τοῦ αἵματος ἀφαίρεσιν, αὐξῆσαι τὴν κάθαρσιν· εἰ δὲ μηδέτερον ὑπομένοι, σκοπεῖσθαι τὴν ἑτέραν ὁδὸν, ᾗ μάλιστα ἄν τις, εἰ καὶ μὴ διὰ ταχέων, ἀλλ᾽ ἐν χρόνῳ γε πλέονι πρὸς τὴν ἀρχαίαν τοῦ σώματος ἕξιν ἐπανάγοι τὸν ἄνθρωπον. ἐπεὶ οὖν οἱ πρῶτοι δύο σκοποὶ τῆς ἐπανορθώσεως ἐν ἁπάσαις ταῖς τοιαύταις διαθέσεσίν εἰσι, πέψις μὲν τῶν ἀπέπτων ἢ καὶ ἡμιπέπτων χυμῶν, ὁπόσοι πρὸς τοῦ αἵματος γεννῶνται, κένωσις δὲ τῶν δριμέων τε καὶ δακνωδῶν, ὁπόσοι δεύτεροί τ᾽ εἰσὶ καὶ ὕστεροι τοῦ αἵματος; ἀπέχειν μὲν αὐτοὺς χρὴ κινήσεως ἁπάσης ἰσχυρᾶς, ἀτρέμας δ᾽ ἀλείφοντας καὶ ἀνατρίβοντας ἐλαίῳ λούειν ὅτι μάλιστα προσηνεστάτοις λουτροῖς, εἶτ᾽ ἐφ᾽ ἡσυχίας τε καὶ ἀσιτίας διάγειν, εἰ δ᾽ οἷόν τ᾽ εἴη, καὶ ὕπνου, εὖ εἰδότας, ὡς οὐδὲν οὕτω πέττει μὲν τὰ πεφθῆναι δυνάμενα, διαφορεῖ δὲ τοὺς μοχθηροὺς χυμοὺς, ὡς ὁ ὕπνο ςμετὰ βαλανεῖον. ὅταν οὖν, ὡς ὀλίγον ἔμπροσθεν εἴρηται, τῇ πρώτῃ τῶν ἡμερῶν ἀποπειραθέντες, εἰ καθίσταται ὁ κόπος ῥᾳδίως, ὁμοίως

illum educere, qui ſuperare videtur. Non ſuſtinente autem homine ſanguinem ſibi detrahi, augere dejectionem; ſi vero neutrum admittat, aliam quampiam rationem inire, qua maxime, ſi non brevi, at longiore tempore priſtinam corporis habitudinem homo recipiat. Quoniam ergo duo prima ſunt, quibus primum intentus ſit oportet, qui ejuſmodi affectibus medebitur, crudorum ſive etiam ſemicoctorum, qui ante ſanguinis perfectionem fuerunt, percoctio, et acrium ac mordacium, qui ſecundi ſunt et ſanguine poſteriores, eductio: abſtinere eos convenit ab omni valido motu; blande vero unctos atque oleo perfrictos perquam ſuavi lavare balneo; inde in otio abſtinentiaque habere, atque etiam ſomno, ſi fieri poteſt, minime ignorantibus, nihil eſſe, quod aeque concoquat ea, quae concoqui poſſunt, et malos ſuccos per halitum digerat, ut ſomnus a balneo. Quum igitur (ut paulo ante diximus) primo die experti, an facile ſinita laſſitudo ſit,

ἐνοχλούμενον ὁρῶμεν τὸν ἄνθρωπον, ἐπί τε λουτρὸν ἄγειν αὐτὸν, καὶ τῇ δευτέρᾳ τῶν ἡμερῶν ἡσυχάζειν τε καὶ ἀσιτεῖν ἀναγκάζειν· ὡς εἰ καὶ τὸ δεύτερον ἔτι τε καὶ τρίτον γνόντες, λοῦσαι νῆστιν, ἡσυχίᾳ τε καὶ ὕπνῳ τὰ μεταξὺ τῶν βαλανείων διαλαμβάνοντα. συντελεῖ δ᾽ εἰς τὸν ὕπνον οὐχ ἥκιστα καὶ αὐτὸ τὸ βαλανεῖον αὐτοῖς. ὑπνωδέστεροι μὲν οἱ λουσάμενοι γίνονται πάντες, εἰ μηδὲν ἄλλο γε καὶ διακωλύσει μεῖζον. ὥστε σοι τὸν ὕπνον αἴτιόν τε καὶ σημεῖον ἀγαθὸν γίγνεσθαι τῆς ἐλπιζομένης ὠφελείας, ὥσπερ γε καὶ τὸ μὴ δυνηθῆναι καθεύδειν ἐπὶ τοῖς βαλανείοις οὐκ ἀγαθὸν αἴτιον ἅμα καὶ σημεῖον. ὡς τὰ πολλὰ μέντοι καὶ τῶν πλεοναζόντων χυμῶν ἐξ ὕπνου τε καὶ ἀγρυπνίας ἔνεστι λαβεῖν διάγνωσιν. ἐπὶ μὲν γὰρ τοῖς ψυχροῖς τά τε κώματα καὶ οἱ μακρότεροι τῶν ὕπνων, ἐπὶ δὲ τοῖς θερμοῖς καὶ δακνώδεσιν ἀγρυπνία, καὶ εἰ καθυπνώσειέ γέ ποτε, φαντασιώδεις τε καὶ θορυβώδεις ὕπνοι ὑποπίπτουσιν, ὡς ἐξανίστασθαι ταχέως αὐτούς. ὥσπερ δὲ κατὰ τὴν πρώτην ἡμέραν, οὕτω καὶ κατὰ τὴν δευτέραν ἐλάχιστά τε καὶ ἁπλᾶ ῥοφήματα

similiter gravatum hominem cernimus, tum mittendus in balneum secundo etiam die est, tum in quiete abstinentiaque habendus; aeque vero et si iterum et tertio videris, jejunum lavabis, quietem ac somnum ipsis lavationibus interponens. Conducit ad somnum non in postremis ipsum quoque balneum; sunt enim, qui eo sunt usi, omnes magis ad somnum propensi, modo majoris moment nihil obstiterit. Adeo tibi somnus et causa et signum percommodum speratae utilitatis sit, velut e diverso non posse a balneo dormire nec causa nec signum est commodum. Quippe plerumque redundantis succi indicia ex somno vigiliisque ceperis: frigidi namque succi veternum et longiores somnos inducunt, calidi et mordaces vigilias; et si quando dormitur, variis imaginibus inquietos et turbatos somnos efficiunt sic, ut statim excitent. Sicuti autem in primo die, ita etiam in secundo sorbitionem et minimam et simplicem illis exhibebimus;

προσοίσομεν αὐτοῖς· τὸ μὲν γὰρ πλείω διδόναι τοῖς κενώσεως δεομένοις ἄντικρυς ἐναντίον, τὸ δ᾽ αὖ μηδ᾽ ὅλως τρέφειν ἀσῶδές ἐστι, καὶ κακωτικὸν τοῦ στο(259)μάχου, καὶ τῆς δυνάμεως καταβλητικὸν, καὶ τῆς κακοχυμίας αὐξητικόν. ἐλάχιστον οὖν αὐτοῖς διδόναι, μάλιστα μὲν, εἰ οἷόν τε, χυλὸν πτισάνης ἁπλῶς ἠρτημένον, εἰ δὲ μὴ, ἀλλὰ τοῦ χόνδρου τὸν αὐτὸν τρόπον ἠρτημένου τῇ πτισάνῃ, ὀλίγον ὄξους ἔχοντος, καὶ μάλισθ᾽ ὅταν ὠμῶν πλῆθος ὑποπτεύωμεν ἢ ἐν ταῖς φλεψὶν ἢ καθ᾽ ὅλον ὑπάρχειν τὸν ὄγκον. εἰ γὰρ μηδὲν ὅλως ὄξους ὁ χόνδρος προσλάβοι, γλισχρότερός ἐστιν, ἢ πρέπει τοῖς παροῦσιν, ὥστ᾽ ἐμφράξει μᾶλλον, οὐ διαῤῥύψει τοὺς πόρους, οὗ μάλιστα χρήζουσιν ἐπὶ τοῖς παχέσι καὶ γλίσχροις χυμοῖς, οἷοί πέρ εἰσι τοὐπίπαν οἱ φλεγματώδεις ἅπαντες. εὔχυμος μὲν οὖν ἐστι, καὶ διὰ τοῦτο κακοχυμίας ἐπικεραστικός. ἀλλ᾽ εἰ μὴ κολασθείη τὸ γλίσχρον ἐν αὐτῷ, προσλαβὼν ὄξους τε καὶ πράσου τὸ μέτριον, ἐμφράξει τε καὶ θρέψει μειζόνως, ἢ συμφέρει τοῖς ἐνεστῶσι. διὰ τοῦτ᾽ ἄρα καὶ ὁ τῆς πτισάνης χυλὸς ἀμείνων ἐστὶν εἰς

quippe large iis apponere, quibus auferri potius aliquid debeat, plane eſt contrarium, ſicut rurſus omnino non nutrire et faſtidia ſtomachi creat, et eundem laedit, et vires labefactat, et malum ſuccum adauget. Ergo exiguum his dandum, ac potiſſimum, ſi fieri poteſt, ptiſanae cremor ſimpliciter conditus, ſin minus, alica eodem, quo ptiſana, modo praeparata, parum aceti admixtum habens, praeſertim ſi cruditatis abundantiam vel in venis, vel in toto corporis habitu ſubeſſe ſuſpicamur. Quippe ſi nihil prorſus aceti ſit alicae admixtum, glutinoſior erit, quam ut propoſitis conducat; itaque obſtruet magis quam detergebit meatus: quod tamen maxime petitur in craſſis ac glutinoſis ſuccis, cujuſmodi plane omnes pituitoſi ſunt. Ac boni quidem ſucci eſt ac propterea vitioſos humores contemperans. Caeterum, niſi lentor ejus corrigatur adjectis aceto et porri modico, non ſolum obſtruet, ſed etiam nutriet plenius, quam propoſitis ſit ex uſu. Hac itaque de cauſa ptiſanae cremor in hoc caſu

τὰ τοιαῦτα, καὶ συμμέτρως τρέφων, καὶ μηδαμόσε κατὰ τὰς στενοτέρας ὁδοὺς ἰσχόμενος, ὥσπερ ὁ χόνδρος, ἀλλ' αὐτός τε διερχόμενος, προσαποῤῥύπτων τε καὶ διαῤῥύπτων τοὺς πόρους ἅμα τῷ τέμνειν τε [124] καὶ διαλύειν, ὁπόσον ἂν ἐν τοῖς ἡμιπέπτοις τε καὶ ἀπέπτοις χυμοῖς ὑπάρχῃ παχύ. διὰ ταῦτα δὲ καὶ τὸ μελίκρατον ἐπιτήδειόν ἐστιν αὐτοῖς, ὀξύμελί τε καὶ ἀπόμελι, καὶ πέπερι, καὶ ζιγγίβερι, καὶ πάνθ' ὅσα τέμνει τε καὶ διαλύει τὰ παχέα χωρὶς τοῦ κακοχυμίαν ἐργάζεσθαι. λεχθήσεται δὲ ὑπὲρ τῆς ὕλης αὐτῶν ἐπὶ πλέον ἐν τοῖς ἑξῆς· εἰς δὲ τὸν ἐνεστῶτα λόγον ὥσπερ τινὰ παραδείγματα τά τε προειρημένα λελέχθω μοι καὶ τὰ μέλλοντα λεχθήσεσθαι. ὀσπρίων μὲν γὰρ ἐπιτηδειοτάτη ἡ πτισάνη, λαχάνων δ' ἡ θριδακίνη, τῶν δ' ἰχθύων οἱ πετραῖοι, καὶ τῶν ἄρτων οἱ κλιβανῖται καὶ ζυμῖται καὶ καθαροὶ συμμέτρως, τῶν δ' ὀρνίθων οἱ ὄρειοι, τῶν δὲ ποτῶν ὀξύμελι, μελίκρατον, οἶνος λεπτὸς καὶ λευκός, ἁπλῶς δ' εἰπεῖν, ὅσα περ εὔχυμά τ' ἐστὶ καὶ ῥυπτικά, καὶ μὴ γλίσχρα, μηδὲ παχύχυμα, μηδ' ἱκανῶς πολύτροφα.

tutior eft, ut qui tum modice nutriat, tum nufquam per anguftos meatus haereat, quemadmodum alica, fed et permeet ipfe, et meatus per totum detergeat, et quicquid in femicoctis crudisve fuccis continetur craffi, id diffecet ac refolvat. Horum ipforum gratia et mulfa his idonea eft, et oxymeli, et apomeli, et piper, et zingiber, poftremo omnia, quae citra vitiofi generationem fucci humorem craffum diffecant folvuntque; quorum materiam latius in fequentibus profequemur. Ad inftitutum vero nunc fermonem exempli loco pofita fint, et quae jam funt dicta, et quae nunc dicenda. Frugum namque maxime apta eft ptifana, olerum fola lactuca, pifcium, qui faxatiles dicuntur, panis, qui et in clibano coctus, et fermentatus, et modice purus eft, aves monticolae, potio oxymeli, mulfa, vinum tenue et album, femelque quae boni fucci, eademque detergent, nec glutinofa funt, nec craffum fuccum efficiunt, nec valenter nutriunt.

Ed. Chart. VI. [124.] Ed. Baf. IV. (269.)

τὰ δ' οὐρητικὰ προσαγορευόμενα κατὰ τὸν ἐνεστῶτα καιρὸν οὐκ ἐπαινῶ, καὶ μάλιστα ὅσα σφοδρότερον ἐκθερμαίνει τε καὶ κατατήκει τὸ αἷμα· τῷ γὰρ μέλλοντι καλῶς πεφθήσεσθαι τοσαύτης ταραχῆς οὐδέπω χρεία. ταῦτά τε οὖν ἅπαντα πρακτέον οὕτως ἐστὶ κατὰ τὴν δευτέραν ἡμέραν, οὐχ ἥκιστα δὲ κατὰ τὴν τρίτην τε καὶ τὴν τετάρτην. ἔτι τε πρὸς τούτοις, εἰ πραΰνοιτο μὲν ἡ κοπώδης διάθεσις, εὔχρουν δὲ γίγνοιτο τὸ σῶμα, καὶ ὕπνοι χρηστοὶ, καὶ οὖρα πέπονα, τρῖψαι μὲν ἐπὶ πλέον αὐτὸν ἀποτολμήσαντα, γυμνάσαι δ' ὀλίγον. πράξαντος γὰρ οὕτως, εἰ μὲν μηδεμία κοπώδης αἴσθησις ἐπιγίγνοιτο, πρὸς τὰ συνήθη γυμνάσια διὰ ταχέων ἐπανάγειν· εἰ δ' ἐπιφανείη τι τῶν ἔμπροσθεν ἤτοι συμπτωμάτων ἢ σημείων, αὖθις οὖν καὶ σὺ πρὸς ἐκεῖνο βλέπων ἐξαλλάττειν πειρῶ τὰ κατὰ μέρος. εἰ μὲν οὖν τῆς κοπώδους αἰσθήσεως ἀνάμνησις γένοιτο μόνης ἐπὶ τοῖς ἄλλοις ἅπασι σημείοις ἀγαθοῖς διαμένουσιν, ἀποθεραπευτικοῖς ἐπανορθοῦμεν τὸν κόπον· εἰ δὲ ταραχθείη μὲν τὰ

Quae vero urinam cient, hoc cafu non probo, maxime quae praevalentia ex his funt, et fanguinem calfaciunt ac liquant; quippe, quod concoquendum probe eft, huic tanta adhuc agitatio non convenit. Haec itaque omnia fecundo die facienda ad hunc modum funt, atque etiam tertio quartoque. Ad haec praeterea, fi tum laffitudinis affectus levetur, tum corpus coloratius appareat, tum fomni quieti, et urinae concoctae fint, fricare quidem liberalius, excitare vero parce hominem audebis. His ita peractis, fi nullus laffitudinis fenfus praeterea fuperfit, ad confuetas ftatim exercitationes hominem reduces; fin quicquam appareat priorum aut fymptomatum, aut notarum, rurfus tu quoque in id intentus mutare tentabis ea, quae particulatim non recte habent. Si itaque folius laffitudinis fenfus recordatio fupereft, caeteris notis omnibus bene fe habentibus, utique apotherapiae munere laffitudinem fubmovebis; fin autem turbatae notae funt

σημεῖα καὶ οἷον χυθείη, μὴ παρείη δ' ὁ κόπος, ἐν ἡσυχίᾳ πλέονι διαφυλάττειν τὸν ἄνθρωπον· εἰ δ' ἄμφω συνέλθοι, διὰ τῆς αὐτῆς ἐπιμελείας ἄγων, ᾗ χρώμενος ἔμπροσθεν εἰς τοσοῦτον προσήγαγεν ὠφελείας αὐτὸν, ὡς τολμῆσαί τι καὶ περὶ γυμνασίων. οὕτω μὲν ἐπανορθοῦσθαι προσήκει τὴν εἰρημένην διάθεσιν.

Κεφ. ε'. Εἰ δὲ τἄλλα μὲν ταῦτα εἴη κατὰ τὸν αὐτὸν ἄνθρωπον, ὑπάρχοι δ' αὖ τῷ κοπώδει σώματι τὸ μὲν αἷμα τὸ χρηστὸν ὀλίγον, οἱ δ' ὠμοὶ χυμοὶ πάμπολλοι, μήτε φλεβοτομεῖν, μήτε καθαίρειν, μήτε γυμνάζειν, ἀλλὰ μηδὲ κινεῖν ὅλως, μηδὲ λούειν. αἱ μὲν γὰρ φλεβοτομίαι τὸ μὲν χρηστὸν ἐκκενοῦσι, τὸ δὲ μοχθηρὸν, ὅπερ ἐν ταῖς πρώταις μάλιστα φλεψὶ ταῖς καθ' ἧπάρ τε καὶ μεσάραιον ἀθροίζεται, πρὸς ὅλον ἐπισπῶνται τὸ σῶμα. κάθαρσις δὲ ἐπὶ τῶν τοιούτων στρόφους τε καὶ δήξεις ἐργάζεται καὶ λειποψυχίας σὺν τῷ μὴ κενοῦν ἀξιολόγως· οἱ γὰρ ὠμοὶ χυμοὶ πάντες ἀργοὶ καὶ δυσκίνητοι διὰ τὸ πάχος τε καὶ τὴν ψυχρότητα. προσεμφράττουσιν οὖν ἁπάσας τὰς στενὰς ὁδοὺς, δι' ὧν

et veluti confufae, caeterum laffitudo abeft, in quiete majore fervare hominem oportebit. Si vero ambo coierint, eadem ratione hominis curam ages, qua prius ufus in eum ftatum duxifti, quo etiam exercitationis aliquid tentare auderes. Atque ita quidem jam comprehenfo affectui medendum cenfeo.

Cap. V. At fi in eodem homine reliqua eadem fint, caeterum in laffo corpore fanguis bonus exiguus fit, crudi humores plurimi, huic nec fanguis mittendus, nec alvi dejectio, aut exercitatio, aut omnino motus, aut balneum adhibendum; quippe venae fectio bonum fanguinem emittit, malum, qui in primis maxime venis circa jecur et mefenterium colligitur, in totum attrahit corpus. Dejectio vero in talibus tormina et rofiones creat, animique deliquia, cum eo quod nec notatu quippiam dignum educit, quando crudi omnes fucci pigri atque ad motum inepti propter craffitudinem frigiditatemque funt. Quo fit, ut etiam omnes anguftas vias obftruant, per quas

χρὴ τὸ κενούμενον ἐν ταῖς καθάρσεσιν ἐπὶ τὴν γαστέρα παραγίνεσθαι, καὶ διὰ ταύτην τὴν αἰτίαν οὔτ᾽ αὐτοὶ κενοῦνται, καὶ τοὺς ἄλλους ἐμποδίζουσι. τοῦτο μὲν οὖν ὑφ᾽ Ἱπποκράτους διὰ βραχυτάτου παρῄτηται ῥήματος, εἰπόντος· πέπονα φαρμακεύειν, μὴ ὠμά. διὰ δὲ τὴν αὐτὴν αἰτίαν οὐδὲ γυ[125]μνάζειν, οὐδὲ κινεῖν ὅλως, ἀλλ᾽ οὐδὲ λούειν προσήκει τοὺς ἐν ταῖς πρώταις φλεψὶ τὸ πλῆθος τῶν ὠμῶν χυμῶν ἔχοντας. ἅπασαι γὰρ αἱ τοιαῦται κινήσεις εἰς ὅλον τὸ σῶμα ποδηγοῦσι τοὺς χυμούς. φυλακτέον οὖν αὐτοὺς ἐν ἡσυχίᾳ πάσῃ, καὶ δοτέον ἐδέσματά τε καὶ ποτὰ καὶ φάρμακα λεπτύνοντα, καὶ τέμνοντα, καὶ κατεργαζόμενα τὸ πάχος τῶν χυμῶν, ἄνευ τοῦ θερμαίνειν ἐπιφανῶς· οἱ γὰρ θερμανθέντες ἰσχυρότεροι χυμοὶ πανταχόσε τοῦ σώματος ἴασιν. διαιτᾶν οὖν αὐτοὺς ἐπ᾽ ὀξυμέλιτι μάλιστα, βραχύ τι καὶ πτισάνης ἐνίοτε καὶ μελίκρατον διδόντα. καὶ γὰρ φέρουσι τὴν λεπτὴν δίαιταν, εἴ πέρ τινες ἄλλοι, καταχρώμενοι τῷ πλήθει τῶν ὠμῶν χυμῶν εἰς τροφὴν τοῦ σώματος, ἐν τῷ κατὰ βραχὺ πέττειν αὐτούς. ἐπεὶ δὲ καὶ τὸ

id, quod medicamentum dejicit, ferri ad alvum debet; itaque nec ipfi educuntur, et aliis funt impedimento. Id quod fane Hippocrates illo oraculo praecavit, quo breviffime praecepit: *Concocta medicari oportet, non cruda.* Eadem de caufa nec exercitare, nec omnino movere, fed nec lavare expedit eos, qui in primis venis crudorum copiam habent; fiquidem omnes id genus motus fuccos illos in totum corpus agunt. Servandi igitur hi funt in omni quiete, dandaque ipfis cibus, potio medicamentaque funt fingula ejus generis, quae attenuent, diffecent et concoquant fuccorum craffitudinem, idque citra manifeftum calorem; nam qui excalfacti vehementius fucci funt, ii in omnem corporis partem feruntur. Ergo nutries hos maxime oxymelite, aliquando etiam ptifanae et mulfae exiguo quopiam; fuftinent enim hi victum, fi modo alii ulli, tenuem, ipfa nimirum crudorum fuccorum copia, quos paulatim concoquunt, ad corporis alimentum abutentes. Quoniam autem praecordia

ὑποχόνδριον ἅπασι τοῖς τοιούτοις ἐπῆρται καὶ διαπεφύσηται, καὶ ῥᾳδίως, ὅ τι ἂν προσάρωνται, πνευματοῦται, βέλτιον ἂν εἴη διδόναι σὺν τῇ τροφῇ πεπέρεως μακροῦ. καὶ γὰρ διαλύει τοῦτο παχύτητα φυσώδους πνεύματος, ἀπωθεῖται δὲ καὶ πρὸς τὴν κάτω γαστέρα τὰ καθ᾽ ὑποχόνδριον ἀργῶς συνεστῶτα, καὶ τῇ πέψει τῶν ληφθέντων συναίρεται κατὰ τὸν αὐτὸν κοινὸν λόγον ἁπάντων πεπέρεων. εἰ δὲ μὴ παρείη τοῦτο, τῷ λευκῷ χρηστέον· ἔστι γὰρ στομάχου τονικώτερον ἀμφοῖν τοῖν ἄλλοιν πεπερέοιν. εἰ δὲ μὴ τοῦτο παρείη, χρῆσθαι τῷ καλλίστῳ μέλανι· τοῦτο δὲ τὸ βαρύσταθμον. ἄμεινον δὲ καὶ τῷ Διοσπολιτικῷ προσαγορευομένῳ χρῆσθαι φαρμάκῳ. συντίθεται δὲ διττῶς, ἐνίοτε μὲν ἐξ ἁπάντων ἴσων, κυμίνου τε καὶ πεπέρεως, καὶ πηγάνου, καὶ νίτρου, καὶ ἔστιν οὕτω μᾶλλον ὑπακτικώτερον γαστρός· ἐνίοτε τῶν μὲν ἄλλων ἴσον ἑκάστου μίγνυται, τοῦ νίτρου δ᾽ ἥμισυ. κάλλιον δὲ, κύμινον μὲν ἐμβάλλεσθαι τὸ καλούμενον Αἰθιοπικὸν, πεπέρεως δὲ ἤτοι τὸ μακρὸν, ἢ τὸ λευκόν. ἐμβρέχεσθαι δὲ τὸ κύμινον ὄξει δριμυτάτῳ· κἄπειτ᾽ εὐθέως

istiusmodi omnibus turgida inflataque sunt, ac facile, quicquid assumpserint, in flatum vertitur, satius fuerit longi piperis aliquid cum cibo dare: quippe quod flatuosi spiritus crassitudinem solvit, et quae in praecordiis pigra cessant, ad ventrem inferiorem depellit, et concoquendis, quae sumpseris, subvenit pro communi piperum ratione. Quod si hujus copia non est, utique albo utendum, quippe quod supra duo reliqua genera ventriculum roborat. Sin hoc non adest, optimum nigrum petendum est: id vero fuerit, quod pondere praecellit. Sane utilius sit et Diospolitico vocato medicamento uti, cujus compositio duplex est: alias ex paribus omnibus, cumino, pipere, ruta, nitro; potestque ita magis ventrem solvere; alias, quum reliquorum pari ponderi misceter nitri dimidium. Praestiterit autem cuminum esse, quod vocant Aethiopicum, piper vero vel longum, vel album. Macerabitur cuminum in aceto maxime acri: dein continuo id tun-

τριβέσθω, ἢ πρότερον φρυγέσθω μετρίως ἐν ἀγγείῳ κεραμέῳ, τελέως ὠπτημένῳ κατὰ τὴν κάμινον. ὅσα γὰρ ἐνδεῶς ἐξηράνθη, πηλώδη μᾶλλόν ἐστιν, ἢ κεράμεα, καὶ τοῖς φαρμάκοις τι προστρίβεται τῆς ἑαυτῶν ποιότητος. ἔστω δὲ τὰ τοῦ πηγάνου φύλλα προανεξηραμμένα συμμέτρως· εἰ μὲν γὰρ ἐπὶ πλέον ἀναξηρανθείη, δριμέα τε γίνεται καὶ πικρὰ, καὶ περαίτερον τοῦ προσήκοντος θερμά, μηδ᾽ ὅλως δὲ προξηρανθέντα περιέχει τινὰ περιττωματικὴν ὑγρότητα, μηδέπω κατειργασμένην ἀκριβῶς, δι᾽ ἣν οὐ γίνεται παντάπασιν ἄφυσα. τούτοις τέσσαρσιν ἐνίοτε μὲν ἀναμίγνυται μέλι προαπηφρισμένον, ἐνίοτε δ᾽ οὐδὲν, ἀλλὰ μόνα χωρὶς τοῦ μέλιτος ἀποτίθενται, καὶ πτισάνης ἐμβάλλεται χυλῷ, καὶ ὅτῳ περ ἂν ἄλλῳ τῶν ἐδεσμάτων μάλιστα πρέπειν δοκῇ. λαμβάνεται δὲ καὶ καθ᾽ ἑαυτὸ τὸ φάρμακον τοῦτο πρό τροφῆς τε καὶ μετὰ τροφήν. καὶ ἔστι κάλλιστον ἐν τῇ τοιαύτῃ χρήσει τὸ (260) μέλι μεμιγμένον, ἀκριβῶς ἀπηφρισμένον, τοῦτο γὰρ ἀφυσώτατόν ἐστιν. ἔστω δὲ δηλονότι καὶ αὐτὸ τὸ μέλι κάλλιστον, εἴπερ ἀφυσώτατόν τε καὶ τμητικώτατον

ditur, aut etiam prius modice frigitur in vase fictili, quod coctum in camino quam optime sit: quae enim exacte penitusque cocta non sunt, haec lutosa potius quam figulina sunt, et qualitatum suarum nonnihil medicamentis remittunt. Sunto vero et rutae folia modice siccata; ut enim, si plusculum siccentur, acria amaraque redduntur, et supra quam par est calida, sic, si prorsus non sicces, excrementitium quendam humorem retinent, nondum ex toto concoctum, cujus vitio flatum discutere minus possunt. Quatuor his aliquando despumatum mel additur, aliquando nihil, sed sola sine melle reponuntur, ac ptisanae cremori et aliis, quibus maxime convenire videntur, cibis injiciuntur. Sumitur et per se medicamentum hoc et ante et post cibum. Porro ad eum usum optimum est, quod mel admixtum habet, quod utique curiose sit despumatum: id enim flatum maxime discutit: sit autem oportet et mel optimum, si modo, quod flatum discutiat, quodque maxime dissecet, futurum

ἔσεσθαι μέλλοι τὸ φάρμακον. ἐπιτήδειον δὲ τοῖς οὕτω διακειμένοις ἐστὶ καὶ τὸ διὰ τριῶν πεπέρεων, ὅταν μὴ πάνυ φαρμακῶδές τε καὶ ποικίλως σκευασθῇ, καθάπερ οἱ πολλοὶ τῶν ἰατρῶν συντιθέασιν αὐτὸ, δίκην καρυκείας τινὸς, ἢ συὸς ἀγρίου, πρὸς δὴ τούτων τῶν θαυμασίων ὀψοποιῶν ἐσκευασμένου. ὥστ᾽ ἔργον οὐ σμικρὸν ὑπάρχειν τοῖς ἰατροῖς, ἢ τοῖς προσαιρομένοις αὐτὸ τὸ ἐπεμβεβλημένον φάρμακον καταπέψαι τὸ ἄμμι, καὶ τὸ σέσελι, καὶ τὸ λιβυστικὸν, ὅσα τ᾽ ἄλλα τοιαῦτα· διαγινώσκεται γοῦν λαμβανόντων ὠμὰ καὶ ἀμετάβλητα μέχρι πλείστου κατὰ τὴν γαστέρα μένοντα. [126] ταῦτά τε οὖν ἀφελεῖν χρὴ τοῦ φαρμάκου, καὶ προσέτι τὸ ἑλένιόν τε καὶ τὸν τῆς νάρδου στάχυν· ὡς δὲ ἔνιοι συντιθέασι, καὶ τὴν κασίαν. ἔχειν δ᾽ ἐσκευασμένον ἕτοιμον διττὸν, ὡς ἡμεῖς εἰώθαμεν· ἁπλοῦν μὲν τὸ ἕτερον, ὅπερ ἐπί τε τῶν ἠπεπτηκότων χρὴ διδόναι, καὶ τὴν πρόσφατον ψύξιν ἐχόντων κατὰ γαστέρα καὶ φλεγματώδη χυμόν· ἕτερον δὲ φαρμακῶδες, ᾧ μάλιστα ἐπὶ τῶν ἀπὸ τῆς κεφαλῆς

medicamentum eſt. Appoſitum ſane remedium ſic affectis eſt et quod ex tribus piperibus conficitur, utique quum non admodum medicamentoſum fuerit, ex variisque confectum, ſicuti a plerisque medicorum componitur, mixturae cujusdam ex variis obſoniorum generibus ritu, aut apri a mirificis iſtis coquis conditi, adeo ut non minimum medicis, aut iis, qui apparant, negotium ſit immixta illi medicamenta concoquere, ammi, ſeſeli, libyſticum et alia id genus: cruda enim minimeque mutata ab iis, qui ea ſumpſerint, longo tempore durare in ventriculo intelliguntur. Haec igitur ſubtrahenda medicamento ſunt, praeterque haec helenium et nardi ſpica; ceu vero nonnulli componunt, etiam caſia. Expedit autem praeparatum habere ad manum dupliciter, ſicut ipſe ſoleo: alterum ſimplex, quod iis dandum eſt, qui minime concoxerunt, et qui recens frigus in ventriculo habent, et pituitoſum ſuccum; alterum, quod medicamentoſum magis eſt; quo maxime utimur in iis fluxionibus, quae a capite de-

εἰς τὸν θώρακα ῥευμάτων χρώμεθα. ἀλλὰ τοῦτο μὲν ὅπως χρὴ σκευάζειν, αὖθις εἰρήσεται. τὸ δ' ἁπλοῦν, ᾧ καὶ πρὸς τὸ πλῆθος τῶν ὠμῶν τῶν κατὰ τὰς πρώτας φλέβας χρώμεθα, τοιόνδ' ἐστίν. εἰς πεντήκοντα δραχμὰς ἑκάστου τῶν τριῶν πεπέρεων ἀρκεῖ μιγνύειν ἀνίσου τε καὶ θύμου καὶ ζιγγιβέρεως ἑκάστου δραχμὰς ὀκτὼ, τὸ μὲν ἁπλούστατον τοῦτο, καὶ τούτου μᾶλλον ἔτι τὸ χωρὶς ζιγγιβέρεως. ἕτερον δὲ τὸ διὰ τῶν αὐτῶν συγκείμενον, ἀλλ' εἰς τὰς πεντήκοντα δραχμὰς ἑκάστου τῶν τριῶν πεπέρεων ἑκκαίδεκα δραχμῶν ἐμβαλλομένων ἑκάστου τριῶν ἀνίσου τε καὶ θύμου καὶ ζιγγιβέρεως, ᾧ καὶ μάλιστα χρώμεθα πρὸς τὰ παρόντα. χρὴ δ', εἴπερ οἷόν τ' εἴη, τὸ μὲν ἄνισον εἶναι Κρητικὸν, Ἀττικὰ δὲ τὰ θύμα, ἢ πάντως γε ἐκ χωρίων ὑψηλῶν τε καὶ ξηρῶν. ἐμβάλλειν δ' αὐτῶν τὴν κόμην ἅμα τοῖς ἄνθεσιν, ἀποκρίνοντα τὸ ξυλῶδες. ἔστω δὲ καὶ τὸ πέπερι τὸ μὲν μακρὸν ἄτρητόν τε καὶ ὑγιὲς, ὥσπερ οὖν καὶ τὸ ζιγγίβερι· τάχιστα γὰρ ἀμφότερα τιτρᾶται. καὶ πρὸς τῷ μὴ τετρῆσθαι δη-

fcendunt ad pectus. Verum hoc quo pacto fit praeparandum, alibi dicetur. Simplex illud, quo ad cruditatis abundantiam, quae in primis eft venis, utimur, hujusmodi eft. Ad cujusque trium piperum ʒ quinquaginta abunde adduntur anifi et thymi et zingiberis, fingulorum ʒ 8; et fimpliciffimum quidem hoc eft. Etiam hoc ipfo magis fimplex, a quo detractum zingiber eft. Alterum vero eft, quod ex iisdem conficitur: verum ad cujusque trium piperum ʒ quinquaginta reliquorum cujusque fedecim drachmarum injicitur pondus, nempe anifi, thymi et zingiberis: quo etiam ad propofita utimur commodiffime. Debet autem, fi haberi poteft, anifum Cretenfe effe, thymum aut Atticum, aut plane ex editis locis et ficcis: a quo quicquid lignofum eft quum circumcifum fuerit, coma ipfa una cum floribus injicietur. Efto vero et piper, quod longum quidem eft, integrum minimeque foratum; aeque vero et zingiber; nam ambo perforari facile folent. Quin etiam non folum non per-

λονότι τὸ ἀληθινὸν αὐτὸ πέπερι τὸ ἀπὸ τῆς βαρβάρου κομιζόμενον ἔστω. διττὸν γὰρ ἐνταῦθα πανουργεύεται, σκευαζόμενον μὲν τὸ ἕτερον ἐπὶ τῆς Ἀλεξανδρείας μάλιστα, βοτάνης δέ τινος ἐκβλάστημα θάτερον ὑπάρχει. ὡς δ' ἄν τις μάλιστα γνωρίζοι τὸ πεπανουργημένον, ἐγὼ διηγήσομαι, τοσοῦτον πρότερον εἰπὼν ὑπὲρ τοῦ μὴ θαυμάζειν τινὰ, μηδὲ ζητεῖν τὴν αἰτίαν, δι' ἣν ἤτοι συνθέσεις φαρμάκων, ἢ δοκιμασίας ἐπῆλθέ μοι γράφειν ἐνταῦθα, μὴ πάνυ τι τοῦτο πράττειν εἰθισμένῳ κατὰ τὴν θεραπευτικὴν πραγματείαν. ἐν ἐκείνῃ μὲν γὰρ αὐτοῖς μόνοις διαλέγομαι τοῖς ἰατροῖς, ἐνταυθοῖ δὲ καὶ τοῖς ἄλλοις ἅπασιν, οὓς ὀνόματι κοινῷ προσαγορεύουσιν ἔνιοι φιλιάτρους, ἐν τοῖς πρώτοις δηλονότι μαθήμασι γεγονότας, ὡς γεγυμνάσθαι τὴν διάνοιαν. οὔκουν ἀναγκαῖόν ἐστι τοῖς τοιούτοις οὔτ' ἐν τῇ περὶ τῶν ἁπλῶν φαρμάκων, οὔτ' ἐν τῇ περὶ συνθέσεων αὐτῶν γεγυμνάσθαι πραγματείᾳ, πολὺ δὲ δὴ μᾶλλον οὐδ' ὡς χρὴ δοκιμάζειν ἕκαστον ἐπίστασθαι. τούτοις οὖν ἄμεινόν ἐστι γράφεσθαι τὰ τοιαῦτα πάντ' ἀκριβῶς, ὥσπερ ἀρτίως τὰ περὶ τοῦ

foratum, fed et verum illud, quod ex barbaris affertur, piper efto; hîc namque quod adulteratur, duplex eft, alterum, quod in Alexandria maxime praeparatur, alterum, quod herbae cujusdam germen eft. Qua vero maxime ratione internofci, quod adulterinum eft, poffit, ipfe docebo, tantisper praefatus, ne quis aut miretur, aut caufam requirat, quamobrem vel probandi medicamenti hîc tradere rationem fubiit, qui in medendi libris non temere id facere foleam. Siquidem in illis cum medicis ipfis dumtaxat ago; hîc vero etiam cum aliis univerfis, quos aliqui communi nomine philiatros vocant, qui fcilicet in primis difciplinis verfantur, quo intelligentiam fuam exerceant. Porro his neceffe non eft nec in libris de fimplicibus medicamentis, nec in opere de medicamentorum compofitione effe exercitatis, multoque minus explorandi cujusque medicamenti peritiam habere. His itaque perfcribi cumulate talia omnia fatius eft, ficut paulo ante

μακροῦ πεπέρεως ἐπεχείρησα διηγεῖσθαι. χρὴ γὰρ ἀπογεύεσθαι μὲν αὐτοῦ πρῶτον, ἀκριβῶς ἐπισκοπουμένους, εἰ πεπέρεως ἀποσώζει ποιότητα, μετὰ δὲ τοῦτ᾽ ἐμβαλεῖν ὕδατι. τὸ γὰρ ἐσκευασμένον, εἰ βραχείη δι᾽ ὅλης ἡμέρας, αὐτίκα διαλύεται τηκόμενον. εἴπερ οὖν ἥ τε ποιότης ἀκριβῶς αὐτῷ πεπέρεως ὑπάρχῃ, καὶ μὴ διαλύηται βρεχόμενον, ᾖ δ᾽, ὡς εἴρηται, καὶ ἄτρητον, ἐπιτήδειον εἶναι νόμιζε τὸ τοιοῦτον μακρὸν πέπερι. τὸ δέ γε μέλαν μήτε μικρὸν ἔστω, μήτε ῥυσσὸν, μήτε παχύφλοιον, ἀλλ᾽ ἐκ τοῦ βαρυστάθμου καλουμένου τὸ μέγιστόν τε καὶ εὐτραφέστατον ἐκλεγέσθω. καὶ τοῦ λευκοῦ δ᾽ ὁμοίως ἐκλεγέσθω τὸ μέγιστόν τε καὶ εὐτραφέστατον. εἶτα πάντων ἅμα κοπέντων, καὶ λεπτῷ κοσκίνῳ διαττηθέντων, ἀπηφρισμένον ἐπιμελῶς μιγνύσθω μέλι τὸ κάλλιστον, εὐῶδες δήπου τοῦτο καὶ ξανθὸν ὑπάρχον, γλυκύτατόν τε ἅμα καὶ δριμύτατον, καὶ τῇ συστάσει μήτε παχὺ, μήθ᾽ ὑγρὸν, ὡς ἀποσπᾶσθαι αὐτοῦ τὸ συνεχὲς, ἀλλ᾽ ὥστε καταθέντα τὸν δάκτυλον εἰς αὐτὸ, [127] κἄπειτα καταστήσαντα μετέωρον, ἀποῤῥέον ὁρᾷν αὐτοῦ τὸ μέλι μέχρι

de longo pipere tradere occoepi. Principio enim experiendum gustu est, diligenterque aestimandum, an piperis qualitates servet, postea in aquam mittendum; nam quod factitium est, si per diem totum in humore maceretur, illico liquatur ac solvitur. Si ergo tum piperis ei qualitas plane inest, nec maceratum resolvitur, estque (ut dictum est) minime foraminibus pertusum, piper id longum idoneum judicabis. Nigrum vero nec exile, nec rugosum, nec crassi corticis esto, sed ex eo, quod ponderosum vocant, id, quod tum maximum, tum plenissimum est. Itemque de albo simili modo eligatur, quod maximum est atque plenissimum. Deinde omnibus simul tusis, et per tenue cribrum transmissis, mel optimum curiose despumatum admisceatur. Sane id odorum flavumque, praeterea acerrimum dulcissimumque fuerit, tum consistentia nec plane crassa, nec liquida, sed quae ita continuitatem suam tueatur, ut, si digitum in id dimiseris, post in sublime attollas, quod mellis ab eo defluit, lon-

πλείστου συνεχὲς ὂν ἑαυτῷ. ἄμεινον δ' ἐπ' ἀνθράκων ἕψειν, ἢ ξύλων ἀκριβῶς ξηρῶν, ἃ δὴ καὶ καλοῦσιν ἄκαπνα. τοῦτό τε οὖν διδόναι χρὴ τὸ φάρμακον, οὐχ ἅπαξ μόνον, ἢ καὶ δὶς, ἀλλὰ καὶ πλεονάκις ἑκάστης ἡμέρας· καὶ γὰρ ἕωθεν, καὶ πρὸ τροφῆς, καὶ μετὰ τροφὴν, καὶ καθυπνοῦν μελλόντων ἐπιτήδειον ὑπάρχει· τὸ δὲ πλῆθος ἑκάστης δόσεως ἔστω κοχλιαρίου μεστοῦ, μικροῦ μὲν ἐπὶ τῶν μικρῶν σωμάτων, μεγίστου δὲ ἐπὶ τῶν μεγίστων, ἀνάλογον δ' ἐπὶ τῶν μεταξύ· καὶ μέντοι καὶ τὸ ζιγγίβερι, τὸ κομιζόμενον ἐκ τῆς βαρβάρου, διάβροχον ὄξει, συμφέρει λαμβάνειν. ἔστι δὲ τοῦτο ῥίζα χλωρᾶς τῆς πόας ἐμβαλλομένη τῷ ὄξει μετὰ τὴν ἀναίρεσιν εὐθέως. κατασβέννυται γὰρ ἡ τῶν τοιούτων φαρμάκων θερμότης αὐτόθι περὶ τὰς πρώτας φλέβας, οὐκέτ' ἀναφερομένη πρὸς ὅλον τὸ σῶμα, καθάπερ ἑτέρων τινῶν· οἷον καὶ τὸ διὰ τῆς καλαμίνθης, ὑπὲρ οὗ μετ' ὀλίγον ἐπὶ πλέον εἰρήσεται.

Κεφ. ϛ'. Ταῦτ' ἄρα καὶ ὀξύμελι χρησιμώτατον αὐτοῖς ἐστιν, ὡς καὶ πρότερον εἴρηται. σκευάζειν δὲ καὶ τοῦτο

gissima quasi linea sibi continuatum videas. Coquitur hoc recte aut super carbones, aut ligna omnino arida, quae etiam fumum non emittentia vocant. Hoc igitur medicamentum dare conveniet non semel bisve quotidie, sed etiam saepe, siquidem mane, et ante cibum, et post, etiam cubitum euntibus recte datur cochlearii pleni mensura, atque hujus quidem, ut parvis corporibus parvi et maximis maximi, ita mediis ad proportionem. Praeterea etiam zingiber, quod ex barbaris affertur, aceto maceratum assumere confert. Est id virentis herbae radix ab avulsione statim in acetum conjecta. Extinguitur enim ejusmodi medicamentorum calor circa ipsas primas venas, nec in totum perfertur corpus, veluti aliorum quorundam; cujusmodi id medicamentum est, quod diacalaminthes vocant, de quo mox uberius agemus.

Cap. VI. Idcirco etiam oxymeli his utilissimum est, ut prius diximus. Id ita praeparari debebit. Quum mel

προσήκει κατὰ τάδε. μέλι τὸ κάλλιστον ἐπ᾽ ἀνθράκων ἀπαφρίσαντες, ἐπεμβάλλειν αὐτῷ τοσοῦτον ὄξους, ὡς γευομένῳ μήτ᾽ ἄγαν ὀξὺ φαίνεσθαι, μήτε γλυκύ· καὶ τότ᾽ αὖθις ἑψεῖν ἐπ᾽ ἀνθράκων, ὡς ἑνωθῆναί τε τὰς ποιότητας αὐτῶν ἀκριβῶς, καὶ μὴ φαίνεσθαι γευομένοις ὠμὸν τὸ ὄξος· εἶτ᾽ ἀποθέμενον τούτῳ μιγνύειν ὕδωρ ἐπὶ τῆς χρήσεως, οὕτως κεραννύντας, ὡς οἶνον. εἰ μὲν οὖν ὁ πίνων αὐτὸ μήθ᾽ ὡς ὀξὺ μήθ᾽ ὡς γλυκὺ μέμφοιτο, χρηστέον ἄχρι παντός· εἰ δὲ μὴ, τότε τὸ λεῖπον ἐπεμβάλλοντας ἀφεψεῖν αὖθις. οὐ γὰρ ἐπαινῶ τοὺς κατὰ μίαν τινὰ συμμετρίαν σκευάζοντας αὐτό· παραπλήσια γάρ μοι δοκοῦσιν οἱ τοιοῦτοι ποιεῖν τοῖς ἀξιοῦσιν ἅπαντας τοὺς πίνοντας ὡσαύτως κεραννύναι τὸν οἶνον τῷ ὕδατι, μὴ γινώσκοντες, ὡς ἔνιοι μὲν ὑδαρέστερον εἰθισμένοι πίνειν εὐθέως πλήττονται τὴν κεφαλὴν, εἰ καὶ βραχύ τις αὐτοῖς ἀκρατέστερον κεράσειεν, ἔνιοι δ᾽ ἀκρατεστέρῳ χαίροντες ἀνατρέπονται τὸν στόμαχον ὑδαρέστερον πιόντες. ὁπότ᾽ οὖν ἐπὶ οἴνου ταῦτα συμπίπτει, συνήθους οὕτω ποτοῦ, πολὺ δήπου μᾶλλον ἐπ᾽ ὀξυμέλιτος, ὅσῳ καὶ ἀηθέστερον οἴνου,

optimum fuper carbones defpumaveris, conjicies in ipfum aceti tantum, unde guftanti nec acidum nimis, nec dulce videbitur; ac denuo fuper prunas coques, quoad plane unitae amborum qualitates fint, nec appareat guftanti acetum adhuc crudum: huic ab igne remoto ufus tempore aquam admifcebis, ita nimirum temperans, ut vinum. Ergo qui bibet, fi nec de acore ejus queritur, nec dulcedine, affidue eo utatur; fin alterutro offenditur, adjecto, quod defideratur, rurfus id coques. Neque enim eos probo, qui fub una quapiam menfura id conficiunt; qui mihi fimiliter iis affecti videntur, qui bibentes omnes fimiliter aquam vino mifcere cenfent, non advertentes, quibusdam utique, qui dilutiori infueverunt, caput ftatim, fi vel pufillo meracius haufer int, tentari, quibusdam, qui meraciore delectantur, ftomachum, fi dilutius biberint, fubverti. Quum igitur in vino, iam familiari potu, illa contingant, multo fane magis in oxymelite, utpote,

καὶ ἰσχυρότερόν ἐστιν, εἰκὸς ἀκολουθήσειν αὐτῷ. βέλτιον οὖν ἐστιν ταῖς τῶν λαμβανόντων αἰσθήσεσι κρίνειν τὸ σύμμετρον αὐταῖς, ἢ ἡμετέραις, οἰκειότατον μὲν τῇ φύσει τοῦ λαμβάνοντος εἶναι νομίζοντας τὸ ἥδιστον ὀξύμελι, καὶ διὰ τοῦτο καὶ ὠφέλιμον, ἐναντιώτατον δὲ τὸ ἀηδέστερον. αὐτὴν δὲ τὴν πρώτην κρᾶσιν αὐτῶν, ὡς ἂν μάλιστα τοῖς πλείστοις ἁρμόσειε, κατὰ τόδε χρὴ ποιεῖσθαι. ὄξους ἑνὶ μέρει διπλάσιον μιγνύσθω τοῦ τὸν ἀφρὸν ἀφῃρημένου μέλιτος· εἶθ᾿ οὕτως ἐπὶ μαλακοῦ πυρὸς ἑψείσθω, (261) μέχρις ἂν ἑνωθῶσι αὐτῶν αἱ ποιότητες· οὕτω γὰρ ἂν οὐδὲ τὸ ὄξος ὠμὸν ἔτι φαίνοιτο. δι᾿ ὕδατος δ᾿ εὐθέως οὕτω σκευάζειν ὀξύμελι. τῷ μέλιτι μίγνυσθαι τετραπλάσιον ὕδατος καλλίστου· κἄπειθ᾿ ἑψείσθω μετρίως, μέχρις ἂν ὁ ἀφρὸς ἀφίστηται. τὸ μὲν οὖν φαῦλον μέλι πάμπολυν ἐξεργάζεται τὸν ἀφρὸν, ὥστε καὶ ἡ ἕψησις αὐτοῦ πολυχρονιωτέρα γίνεται· τὸ δὲ ἄριστον ἐν ἐλαχίστῳ τε χρόνῳ καὶ βραχύτατον ἀφίησιν, ὅθεν οὐδὲ ἴσον αὐτῷ δεῖται τῆς ἑψήσεως. ἡ δ᾿ οὖν πλείστη τὸ τέταρτον ἀπολείπει [128] μέρος τοῦ καθέντος

quam vinum, tum minus familiari, tum magis forti, ipfa fequi par eft. Satius ergo fit ex fumentis guftu, non noftro, judicium de modo facere, id effe fumentis naturae convenientiffimum oxymelitis, quod utique eft jucundiffimum, proindeque etiam utile, contra adverfiffimum effe, quod injucundum. Ipfam tamen primam ipforum mixtionem, quo plurimis conveniat, talem effe oportet: uni aceti parti mellis, a quo detracta fpuma fit, duplum eft mifcendum; deinde ambo in leni igne coquenda, donec eorum qualitates in unum coierint: ita enim nec acetum amplius crudum apparebit. Cum aqua vero ftatim ita facies oxymeli. Melli quadruplum optimae aquae mifcebis, dein coques modico igni, quoad fpumare defінat. Ac malum quidem mel multam egerit fpumam, quo etiam diutius coqui debebit. Optimum vero, ut breviffimo tempore coquitur, ita minimum fpumae evomit, unde nec pari ei coctione eft opus; plurimum certe quartam partem ejus, quod ab initio eft in-

ἐξ ἀρχῆς. μίξαντας δ' ὄξους ἥμισυ, πάλιν ἑψητέον ἄχρι τοῦ τὰς ποιότητας αὐτῶν ἀκριβῶς ἑνωθῆναι, καὶ μηκέτ' ὠμὸν φαίνεσθαι τὸ ὄξος. σκευάζονται γὰρ καὶ κατ' ἀρχὴν εὐθέως τῶν τριῶν μιχθέντων οὕτως. ἔστω δὲ ἓν μὲν ὄξους μέρος, δύο δὲ μέλιτος, ὕδατος δὲ δ'· καὶ ταῦθ' ἑψείσθω μέχρι τοῦ τρίτου μέρους ἢ τετάρτου, τὸν ἀφρὸν ἀφαιρούντων ἡμῶν. εἰ δὲ ἰσχυρότερον αὐτὸ ποιῆσαι βούλοιο, τοσοῦτον ἐμβαλεῖς ὄξους, ὅσον καὶ μέλιτος. ἀπόμελι δὲ κάλλιστον ἐν ὕδατι σκευάζεται, καὶ πίνουσιν αὐτὸ δι' ὅλου τοῦ θέρους, ὡς ἐμψῦχον. ἔνεστι δὲ τῷ βουλομένῳ καὶ πρὸς τὴν ὑποκειμένην ἐν τῷ παρόντι λόγῳ διάθεσιν ὠφελίμως χρῆσθαι, καὶ μάλισθ', ὅταν ὀξυνθῇ· πάσχει δὲ τοῦτο πλειστάκις, τὸ μὲν μᾶλλον, τὸ δὲ ἧττον, ὡς ἂν δι' ὕδατος σκευαζόμενον, οὐ τοῦ ὀμβρίου, καθάπερ τὸ ὑδρόμελι, ἀλλὰ τοῦ ἐπιτυχόντος. ἔνεστι δ', εἰ βούλοιτό τις, καὶ δι' ὀμβρίου συντιθέναι. καὶ ἐγώ γ' ἂν τοῦτο ποιεῖν συνεβούλευον, εἰ ἐπῄνουν τὸ ὄμβριον, ἀλλὰ γὰρ οὔτε τοῦτο ἐπαινῶ, καὶ οὐδὲν χεῖρον ὀξυνόμενον ἀποτελεῖται, καὶ μάλιστα εἰς τὰ

ditum, amittit; poft vero dimidio aceti adjecto, rurfus coquendum, donec qualitatum omnino fit unitas, nec acetum crudum etiam appareat. Conficitur fane oxymeli etiam tribus ftatim ab initio mixtis, ad hunc modum. Aceti uni parti additur mellis duplum et aquae quadruplum, atque haec ad tertiam partem coquuntur vel etiam quartam, fpuma interim detracta. Quod fi valentius id facere ftudes, tantundem injicies aceti, quantum mellis. Apomeli vero optimum ex aqua conficitur, bibiturque tota aeftate refrigerantis vice. Poteft vero, cui id libet, et ad quam propofuimus affectionem, eo commode uti, potiffimum ubi coacuit; id quod ei faepe contingit, alias magis, alias minus, utpote ex aqua confecto, non pluvia, ficut mulfa, fed qualibet; quanquam poteft, qui volet, et ex pluvia aqua id conficere, ipfeque, fi pluviam aquam probarem, id fuaderem. Verum nec ipfam probo, et nihilo eft deterius, fi acefcit, potiffimum ad ea, quae

παρόντα. καὶ γὰρ οὖν καὶ μετρίως ὀξύνεται τό γε μὴ παντάπασιν ἀμελῶς ἐσκευασμένον. ἡ δ᾽ ἐπιμέλεια τῆς σκευασίας ἐστὶν ἐν τῷ τὸ κηρίον μὴ εἶναι πάνυ φαῦλον, ἑψεῖσθαί τ᾽ ἐπὶ πλέον ἐν ὕδατι πηγαίῳ, καθαρῷ τε καὶ ἡδεῖ. χρὴ γὰρ ἐκπιέσαντα τῶν κηρίων τὸ μέλι μέχρι τοσούτου καθεψεῖν ἐν ὕδατι, μέχρις ἂν μηκέτι μηδεὶς ἀφρὸς ἐπανίστηται. τούτῳ τε οὖν χρῆσθαι ποτῷ καὶ τῶν οἴνων τοῖς ὀξυσμένοις ἀτρέμα, καὶ τῶν ἐδεσμάτων τοῖς λεπτύνουσιν ἄνευ τοῦ θερμαίνειν, οἷά πέρ ἐστι καὶ ἡ κάππαρις, εἰ δι᾽ ὀξυμέλιτος ἢ δι᾽ ὀξελαίου λαμβάνοιτο. μέχρι δή που δυοῖν ἢ τριῶν ἡμερῶν, ὡς εἴρηται, διαιτᾶν· εἰ δ᾽ ἐλπίζοις, ἱκανῶς ἤδη λεπτύνεσθαι τοὺς ὠμοὺς χυμοὺς, οἶνον προσφέρειν, λεπτὸν μὲν τῇ συστάσει, κιῤῥὸν δὲ ἢ λευκὸν τῇ χροιᾷ· ὃ μὲν γὰρ εἰς εὐχυμίαν τε καὶ πέψιν, ὃ δ᾽ εἰς οὔρησιν ἀγαθός. εἰσὶ δ᾽ ἐπὶ μὲν τῆς Ἰταλίας ὅ τε Φαλερῖνος καὶ ὁ Σουῤῥεντῖνος ἐκ τοῦ προτέρου γένους, ὥσπερ οὖν ἐκ τοῦ δευτέρου ὁ Σαβῖνός τε καὶ ὁ Ἀλβανὸς καὶ Ἀδριανὸς, ἐπὶ δὲ τῆς Ἀσίας ἐκ μὲν τοῦ προτέρου Λέσβιός τε καὶ Ἀριούσιος,

nunc ſunt propoſita. Quin imo mediocriter etiam acidum, quod ſaltem non omnino incurioſe eſt confectum. Sane cura conficiendi in eo eſt, ut nec favus admodum ſit vitioſus, coquaturque bene in fontana aqua, quae et pura ſit et grata. Oportet enim expreſſum a favis mel eatenus in aqua coquere, quoad nulla inde ſpuma exiſtat. Ergo tum hac utendum potione eſt, tum vero e vinis iis, quae leviter aceſcunt; nutriendum praeterea cibis eſt, qui citra calorem extenuent, cujusmodi capparis eſt ex oxymelite vel aceto et oleo ſumpta ad duos vel tres dies, ut dictum eſt. Quod ſi crudos jam ſuccos ſatis attenuatos ſperas, vinum dabis, quod et ſubſtantia ſit tenue, et colore fulvum albumve: hoc enim et ad ſucci bonitatem et concoctionem facit, illud urinam movet. Sunt vero in Italia prioris generis Falernum et Surrentinum, poſterioris Sabinum et Albanum et Adrianum, in Aſia vero prioris generis Lesbium et Ariuſium, ſecundi

ἐκ δὲ τοῦ δευτέρου Τιτακαζηνός τε καὶ Ἀρσυῖνος. οὗτοι μὲν ὡς παραδείγματα εἴρηται τῷ λόγῳ. πολλοὶ δὲ καὶ ἄλλοι κατὰ τὴν Ἰταλίαν εἰσὶ καὶ τὴν Ἀσίαν, οὐχ ἥκιστα δὲ κἀν τοῖς ἄλλοις ἔθνεσιν, ὅμοιοι τοῖς εἰρημένοις, οὓς αὐτὸν ἐκλέγεσθαι χρὴ, πρὸς τοὺς εἰρημένους ἀποβλέποντα σκοποὺς τήν τε χρόαν καὶ τὴν σύστασιν, ἀποδοκιμάζειν τε τούς τε παχεῖς καὶ τοὺς μέλανας, ὡς κακοχύμους τε καὶ βραδυπόρους. εἰ δ᾽ ἐπὶ τοῖσδε βέλτιον ὁ ἄνθρωπος γίγνοιτο, καὶ λούειν ἤδη προσήκει, καὶ ἀλείφειν, καὶ ἀνατρίβειν μαλακῶς, κἀπειδὰν πρῶτον ὑπόστασιν ἴσχῃ τὰ οὖρα, τάς τε τρίψεις αὐξῆσαι καὶ πρὸς τὰ συνήθη γυμνάσια κατ᾽ ὀλίγον ἐπαναγαγεῖν. ἐν τούτῳ δὲ τῷ καιρῷ καὶ τοῖς διαφορητικοῖς ἀλείμμασι χρηστέον, ὧν καὶ πρόσθεν μὲν ἐμνημόνευσα, καὶ αὖθις δ᾽ ὑπὲρ αὐτῶν ἐρῶ. οὐ μὴν ἐμέτοις χρῆσθαι συμβουλεύω κατὰ τὰς τοιαύτας διαθέσεις, ὥσπερ ἐνίοις ἔδοξεν ἰατροῖς τε καὶ γυμνασταῖς, ἐξαπατηθεῖσιν, ὡς οἶμαι, πρὸς τῶν ὑπὸ Φιλοτίμου τε καὶ Πραξαγόρου γεγραμμένων ἐπὶ ταῖς τῶν τοιούτων χυμῶν θεραπείαις. οὐ γὰρ,

Titacazenum et Arſyinum. Atque haec exempli tantum gratia protulimus. Sunt autem et alia multa tum in Italia, tum in Aſia et caeteris nationibus, quae his ſunt ſimilia, ex quibus facere delectum conveniet ad eas, quas diximus, notas reſpicientes, nempe colorem ac ſubſtantiam, craſſa vero et nigra rejicere, ut quae tum malum ſuccum gignant, tum tarde penetrent. Quod ſi his adhibitis melius habere ſe ſenſerit, etiam lavare tum hominem debebis, ungereque ac molliter fricare. Ut vero primum urinae hypoſtaſim habuerunt, tum frictiones augere, tum ad conſuetas exercitationes paulatim reducere. Hoc tempore unguentis iis quoque utendum, quae per halitum evocent, de quibus et ante mentionem feci, et in ſequentibus faciam. Haudquaquam tamen in ejusmodi affectibus vomitu utendum ſuaſerim, ſicut nonnullis eſt viſum tum medicis, tum gymnaſtis, falſis (ut opinor) ex iis, quae a Philotimo et Praxagora de ejusmodi ſuccorum curatione ſunt ſcripta. Non enim, quum laſſitudinum

ὅταν κοπώδεις διαθέσεις πλεονάζωσιν, ἀλλ᾽ ἐπειδὰν μόνοι λυπῶσιν, ἔμετοι αὐτοὺς ἐκκενοῦσιν· οὐδεὶς γὰρ κίνδυνος ἀντισπασθῆναι τηνικαῦτα βιαιότερον ἔσω τῶν κατὰ σάρκα περιττωμάτων, ὥσπερ ὅταν ἄμφω πλεονάζῃ, τὰ μὲν ὠμὰ κατὰ τὰς πρώτας φλέβας, ἐν δὲ τοῖς στερεοῖς τὰ δακνώδη. φυλάττεσθαι γὰρ τῶν τοιούτων ἄμεινόν ἐστιν [129] ἑκατέρας τὰς ἀντισπάσεις, ἔξω μὲν τὴν τῶν ὠμῶν, ἔσωθεν δὲ τὴν τῶν δακνωδῶν. ὥσπερ οὖν ἐφυλαξάμεθα κατὰ τὸν ἔμπροσθεν λόγον ἔξω τοὺς ὠμοὺς ἐπισπᾶσθαι χυμοὺς, οὕτω χρὴ φυλάττεσθαι τοὺς δακνώδεις ἀντισπᾷν ἔσω. κεφάλαια δὲ τῆς μὲν ἔξω φορᾶς αὐτῶν εἰσι γυμνάσια, καὶ τρίψεις, καὶ λουτρὰ, καὶ θάλπος, ἀλείμματά τε θερμαίνοντα, καὶ τῶν ψυχικῶν παθῶν ἡ ὀξυθυμία, καὶ ἁπλῶς εἰπεῖν ἅπανθ᾽, ὅσα τοὺς ἐν τῷ βάθει τοῦ ζώου χυμοὺς εἰς τὴν πανταχόθεν κίνησιν ἐξορμᾷ, τῆς δ᾽ εἴσω τὰ ἀποτρέποντα τῆς ἔξωθεν φορᾶς. ἔστι δὲ δήπου ταῦτα τῶν ὁμιλούντων τῷ δέρματι τά τε ψυχρὰ καὶ στύφοντα, καὶ ὅσα πρὸς τούτοις ἐπισπᾶται τοὺς χυμοὺς, ἢ ἄλλως ὁπωσοῦν ἐπεγείρει τὴν ἔσω

affectus abundant, fed quum foli infeftant, vomitus eos expellunt; quippe quum nullum periculum fit, ne intro violentius revellatur aliquid eorum excrementorum, quae in carne confiftere, quemadmodum certe eft, quum ambo redundant, et in primis venis cruda, et in folidis mordacia; caveri enim in talibus fatius eft utramque revulfionem et foras crudorum, et intro mordacium. Sicuti igitur in fuperioribus cavimus, ne crudi fucci foras traherentur, ita, ne mordaces revocentur intro, eft utique cavendum. Praecipuae vero caufae, cur foras deferantur, hae funt, exercitatio, et frictio, et balneum, et fomenta calida, et unctio calefaciens, tum ex animi affectibus iracundia, et uno verbo omnia, quae fuccos, qui alte in animantis corpore funt demerfi, ad motum quoquo verfus irritant. Cur autem intro ferantur, ea funt, quae utique prohibent foras ferri; talia funt ex iis, quae cuti vicina funt, et quae frigida funt, et quae adftringunt, ad haec quaecunque fuccos *introrfus* attrahunt, aut alias quoquo-

κίνησιν αὐτῶν, ἐξ ὧν ἐστι λύπη, καὶ φρίκη, καθ᾽ ἡντιναοῦν αἰτίαν γιγνομένη· καὶ γὰρ καὶ ψυχρὸν αἴτιον καὶ θερμὸν ἐδείχθη, φρίκη τε καὶ ῥῖγος γιγνόμενον, καὶ διὰ τῶν ἐκπληττόντων τε καὶ φοβούντων τὴν ψυχὴν ἤτοι ἀκουσμάτων, ἢ θεαμάτων. ἅπαντ᾽ οὖν τὰ τοιαῦτα φυλακτέον ἐστὶν, ἐπειδὰν ἅμα τε κοπώδης ὁ αὐτὸς ἄνθρωπος ᾖ καὶ τὰς φλέβας ἔχῃ μεστὰς ἀπέπτων χυμῶν. οὔτε γὰρ τοὺς ἔξω χυμοὺς ἀντισπᾷν ἔσω καλὸν, οὔτε τοὺς ἔνδον ἔξω, ἀλλὰ τοὺς μὲν ἔξω διαφορεῖν ἀτρέμα, (τὰ γὰρ ἰσχυρότερον τοῦτο δρῶντα καὶ τῶν ἔνδοθεν ἐπισπᾶταί τι,) τοὺς δ᾽ ἔνδον λεπτύνειν τε καὶ συμπέττειν. εἰ δ᾽ ἤτοι δι᾽ ἐμέτων ἢ διὰ γαστρὸς ὑπαγωγῆς ἐπιχειρήσαις αὐτοὺς ἐκκενῶσαι σφοδρότερον, ἐπισπάσῃ τινὰς ἐκ τῶν ἔξωθεν ἔσω. τοὺς δὲ περὶ τὸν Φιλότιμον οὐ χρὴ μέμφεσθαι τῇ τοιαύτῃ κενώσει χρωμένους, ὅταν ἐν ταῖς πρώταις φλεψὶ πλῆθος ὠμῶν περιέχηται χωρὶς ἑτέρας διαθέσεως, ἀλλὰ μᾶλλον ἡμᾶς αὐτοὺς ἐθιστέον ἀκριβέστερον ἕπεσθαι παλαιοῖς γράμμασιν. εἰς

modo ipforum intro motum excitant, quorum funt triftitia et horror quaecunque de caufa ortus; quippe quum ex calida caufa et frigida tum horrorem gigni, tum etiam rigorem, qualem fupra defcripfimus, eft oftenfum; praeterea quae auditu vifuve animo aut fluporem aut horrorem incutiunt. Haec itaque omnia devitanda tum funt, quum idem homo pariter et laffitudinem fentit, et venas habet crudis fuccis refertas. Nam neque qui extra funt recte intro revocantur, neque qui intus funt foras; imo, qui foris funt, leviter educendi per halitum funt, fi quidem, quae vehementius id faciunt, etiam eorum, quae intus funt, aliquid attrahunt. Qui vero intus funt, ii attenuandi coquendique funt. Quod fi vel vomitu eos, vel alvi dejectione educere violentius tentes, utique eorum, qui foris funt, aliquid intro rapueris. Neque accufandi funt Philotimi fectatores, fi tali ufi funt expulfione, ubi citra ullum alium affectum crudorum abundantia in primis venis confiftit; quin potius nos ipfos affuefacere par eft, ut veterum fcripta diligentius infpiciamus. Ergo,

αὐτὸ μὲν οὖν τὸ μελίκρατον ὕσσωπον ἀφεψοῦντες, οὐκ εὐθέως μὲν, οὐδ᾽ ἐν τῇ πρώτῃ τῶν ἡμερῶν, ἐν δὲ ταῖς ἐχομέναις δώσομεν, ἐφ᾽ ὧν ἅμα τε τὸ πλῆθος τῶν ὠμῶν χυμῶν ἔνδον ἥ τε κοπώδης αἴσθησις ἔξω. τοὺς δ᾽ ἐμέτους παραιτήσομεν δεδιότες, ὡς εἴρηται, τῶν ἔξωθέν τι περιττωμάτων εἴσω παλινδρομῆσαι. Πραξαγόρας δὲ καὶ Φιλότιμος εὐλόγως ἔμετον ἐπὶ τοιούτῳ μελικράτῳ παραλαμβάνουσιν, ὠμοὺς χυμοὺς θεραπεύοντες ἄνευ κοπώδους διαθέσεως.

Κεφ. ζ'. Ἀλλ᾽ ἐπεὶ καὶ περὶ τούτων αὐτάρκως εἴρηται, καιρὸς ἂν εἴη τῆς ὑπολοίπου διαθέσεως ὑπάρξασθαι, καθ᾽ ἣν ἅμα τῇ ἑλκώδει διαθέσει καὶ τὸ τῶν ὠμῶν πλῆθος εἰς τὴν ἕξιν ἀνελήφθη. γίνεται δὲ ταῦτα κατ᾽ ἐκείνας μάλιστα τὰς περιστάσεις τῶν πραγμάτων, ἐν αἷς ἤτοι θάλπος ἢ γυμνάσιον ἄμετρον ἐκ τῶν φλεβῶν εἰς τὰς σάρκας ἀναρπάζει τοὺς ὠμοὺς χυμοὺς, οὐδεμίαν ἐν τῷ παρόντι πρόσφατον ἀπεψίαν ἠπεπτηκόσιν, ὡς, εἴ γε καὶ τοῦτο συνέλθοι, σύμπαν οὕτως ἐμπλησθήσεται τῶν ὠμῶν χυμῶν τὸ σῶμα. καὶ λεχθήσεται μὲν ὀλίγον ὕστερον, ὡς χρὴ καὶ τὴν τοιαύτην ἐπανορθοῦσθαι διάθεσιν. ἀλλ᾽ ἐπεὶ τὸ σύνθετον

quibus intus crudi ſucci copia eſt, et foris laſſitudinis ſenſus, iis hyſſopum in mulſo coquens, non ſtatim, nec primo die, ſed ſequentibus dabis; vomitu vero abſtinebis, veritus (ut diximus), ne quid excrementi externi intro rurſum revocetur. Praxagoras vero ac Philotimus rationabiliter poſt ejusmodi mulſum vomitum probant, propterea quod crudos citra laſſitudinem ſuccos curant.

Cap. VII. Caeterum quoniam de his abunde dictum eſt, tempus monet reliquum aggrediamur affectum, in quo cum ulceroſo ſenſu etiam crudorum copia in corporis habitum eſt recepta. Accidunt haec in iis maxime negotiorum circumſtantiis, in quibus aut calor, aut immodicus labor crudos ſuccos a venis in carnem rapit, idque iis, qui nullam ad praeſens recentem cruditatem contraxerunt. Quippe haec ſi adſit, univerſum ita corpus crudis ſuccis replebitur. Quemadmodum vero hunc affectum curare oporteat, etiam poſtea dicetur a nobis. Verum quo-

ὕστερόν τέ ἐστι καὶ δεύτερον τῶν ἁπλῶν, ἄμεινον ἂν εἴη περὶ τῆς ὑπολοίπου (262) διαθέσεως ἁπλῆς διελθόντας ἐπὶ τὰς συνθέτους αὖθις ἰέναι. καίτοι γε οὐδὲ ταύτην ἀκριβῶς ἁπλῆν χρὴ νομίζειν, ἀλλ' ὡς ἐν αὐτομάτοις κόποις ἁπλῆν. ὑποκει[130]μένης γὰρ τῆς τὸν κόπον ἐργαζομένης διαθέσεως, ἐπιμίγνυμεν αὐτῇ τὰς ἄλλας. ἀλλ' ὅτι καὶ κατὰ τὴν μίξιν ἐνίοτε μὲν ἁπλῆ καὶ μία μίγνυται διάθεσις, ἐνίοτε δὲ σύνθετος, οὕτως ὠνομάσαμεν ἁπλῆν, ὑπὲρ ἧς ὁ λόγος ἐνέστηκεν. ἔστω δὲ τὸ πλῆθος τῶν ὠμῶν χυμῶν ἐν τοῖς στερεοῖς τοῦ ζώου μέρεσιν, οὐκ ἐν ταῖς φλεψὶν, ἅμα τῷ καὶ τὴν ἑλκώδη τοῦ κόπου διάθεσιν ἐν τοῖς αὐτοῖς ὑπάρχειν· ἡ γὰρ ἐξ ἀρχῆς ὑπόθεσις τοῦ λόγου τοιαύτη τις ἦν. ὡς οὖν ἐφ' οἷς κατὰ τὰς φλέβας ἦν, καὶ μάλιστα κατὰ τὰς πρώτας τῶν ὠμῶν, ἐφυλαττόμεθα τὰ θερμαίνοντα, δεδιότες εἰς τὴν ἕξιν ἀναληφθῆναι τοὺς τοιούτους χυμοὺς, οὕτω νῦν οὐδὲν χρὴ δεδιέναι. δοτέον οὖν αὐτοῖς, ὅσα μέχρι τοῦ δέρματος ἐκτείνει τὴν θερμότητα, καὶ ἀνατριπτέον ἐπὶ

niam compofitum omne pofterius fimplici eft, praeftat (arbitror) reliquum fimplicem affectum prius expedire, ac deinde ad compofitos venire, quanquam ne hunc quidem omnino fimplicem oportet exiftimare, fed ut inter laffitudines fua fponte ortas fimplicem. Propofito namque nobis affectu, qui laffitudinem excitat, adjicimus illi reliquos: fed quia in mixtione alias fimplex unaque affectio additur, alias compofita, ita fimplicem appellavimus hanc, de qua nunc agimus. Efto igitur crudi fucci copia in folidis animalis partibus, non in venis; cui accedat ulcerofae laffitudinis in his ipfis affectus; quippe talis erat ea hypothefis, de qua inter initia fermonis loqui inftitueramus. Sicuti igitur, in quorum venis et praecipue in primis crudorum copia erat, iis effe a calidis cavenvendum cenfuimus, veriti, ne ejusmodi fucci in habitum corporis pertraherentur, ita nunc id timere non oportet. Ergo danda his funt, quae vel ad cutim usque calorem fuum transmittunt, fricandumque largiter oleo, quod re-

πολὺ ἐλαίῳ χαλαστικῷ, καὶ μάλιστα μετὰ τὸν ὕπνον ἕωθεν ἐξαναστάντας· ἡ γὰρ τοιαύτη τρίψις ἅμα τε πέττει τοὺς ὠμοὺς χυμοὺς καὶ τρέφει τὸν ὄγκον τοῦ ζώου. χρὴ δ' ἡσυχάσαι μετὰ ταῦτ' ἄχρι πλέονος, εἰ μέλλοι καλῶς γενήσεσθαι ταῦτα. πολὺ δ' ἐνεργέστερον ἂν ἀνύσειεν, οὗ χάριν γίνεται, βραχέα τε σιτία προσενηνεγμένου κατὰ τὴν προτεραίαν τοῦ ἀνθρώπου, καὶ μηδὲν ἐπὶ τῷ δείπνῳ πίνειν πλὴν κιῤῥοῦ καὶ λεπτοῦ οἴνου. μὴ γυμνάζεσθαι δὲ συνεχῶς καὶ σφοδρῶς αὐτίκα, μή πη λάθωμεν ἀπέπτῳ ἔτι χυμῷ ἀναγκάζοντες τρέφεσθαι τὸ σῶμα. βέλτιον οὖν ἕωθεν ἐπὶ πλεῖον ἀνατρίψαι τε καὶ μετὰ ταῦτα ἡσυχάσαι περιπατῆσαί τε τὰ μέτρια, καὶ αὖθις χρήσασθαι τρίψει πολλῇ, καὶ λουτρῷ συμμέτρῳ θερμῷ, καὶ τροφαῖς εὐχύμοις τε ἅμα καὶ μὴ γλίσχροις. εἴρηται δ' ἔμπροσθεν αὐτῶν ἡ ὕλη, πτισάνην ἐπαινούντων ἡμῶν εἰς τὰ τοιαῦτα, καὶ τοὺς πετραίους ἰχθύας, καὶ τῶν ὀρνίθων τοὺς ὀρείους. ἐπιτήδεια δὲ καὶ τὰ λεπτύνοντα τῶν ἐδεσμάτων, ὑπὲρ ὧν ἓν ἰδίᾳ γέγραπται βιβλίον. εὐλαβεῖσθαι δὲ χρὴ μηδὲν, εἰ καὶ θερμαίνοι σφοδρῶς, ἀλλὰ καὶ τὸ διὰ τῆς

laxandi vim habeat, ac potiffimum mane, quum furgunt a fomno; nam hujusmodi frictio fimul concoquit crudum fuccum, et corpoream molem animantis nutrit. Quiefcendum vero poft haec diu eft, fiquidem probe fint ceffura. Sane multo evidentius efficiant, cujus gratia fiunt, fi homo exiguum cibum pridie fumpferit, nec aliud a coena bibat, quam vinum, quod fulvum fit ac tenue. Nec vero illico exercitandum affidue et vehementer eft, necubi imprudentes crudo adhuc fucco nutriri corpus cogamus. Utilius itaque fuerit mane largius fricare, et poft id diu quiefcere, ac modice inambulare, tum denuo multa uti frictione, et balneo modice calido, praeterea alimentis, quae et boni fint fucci, et minime glutinofa. Eorum materia fupra jam dicta eft, ubi ptifanam ad talia laudavi, et pifces faxatiles, et aves monticolas. Apti cibi funt et qui attenuant, de quibus fcripfimus uno libro. Nec eft quod verearis, ne calorem vehementer accendas, quin imo medicamen, quod diacalaminthen

καλαμίνθης φάρμακον ἀδεῶς λαμβάνειν. ἔστι δὲ ἡ σύνθεσις αὐτοῦ τοιαύτη. καλαμίνθης, καὶ γλήχωνος, καὶ πετροσελίνου, καὶ σεσέλεως ἑκάστου ἀνὰ ὀγ. β', σελίνου σπέρματος, κορύμβων θύμου, ἀνὰ ὀγ. δ' ἑκατέρου, καὶ πρὸς τούτοις ἔτι λιβυστικοῦ μὲν ὀγ. ἑκκαίδεκα, πεπέρεως δὲ ὀκτὼ καὶ μ'. πεπέρεως μὲν οὖν ἔστω τὸ βαρύσταθμον ὀνομαζόμενον, σέσελι δὲ τὸ Μασσαλεωτικὸν, πετροσέλινον δὲ τὸ Μακεδονικὸν, καὶ τούτου μάλιστα τὸ Ἀστρεωτικὸν, ἡ καλαμίνθη δὲ καὶ ἡ γλήχων μάλιστα μὲν ἐκ Κρήτης, εἰ δὲ μὴ, ἀλλ' ἐκ χωρίων ὑψηλῶν τε καὶ ξηρῶν, ὡσαύτως δὲ καὶ τὰ θύμα. τὰ μὲν οὖν ξυλώδη καὶ σκληρὰ τῶν βοτανῶν ἀποῤῥίπτειν, λαμβάνειν δ' εἰς τὸ φάρμακον τὰ φύλλα, καὶ τούτων μάλιστα τὰ λεπτότατά τε καὶ εὐθαλέστατα καὶ ἐπ' ἄκραις ταῖς βοτάναις, καὶ πρὸς αὐτοῖς ἄνθη τε καὶ τὰ σὺν αὐτοῖς λεπτότατα κάρφη. κόπτειν δ' ἅμα σύμπαντα καὶ διαττᾷν χρὴ διὰ λεπτοῦ κοσκίνου· μάλιστα γὰρ εἰς ὅλην τὴν ἕξιν τοῦ ζώου τὰ τοιαῦτα φάρμακα ἀναδίδοται, καθάπερ γε τὰ παχύτερα κατὰ τὴν γαστέρα μένει, τοῖς στενοῖς

vocant, audacter dabis. Eſt vero compoſitio ejus hujusmodi. Accipe calaminthes, et pulegii, et petroſelini, et ſeſeleos, cujusque uncias duas, ſeminis apii, cacuminum thymi, utriusque uncias quatuor, ad haec libyſtici uncias xvi, piperis vero octo et quadraginta. Ac piper quidem eſto, quod ponderoſum appellant, ſeſeli vero Maſſilienſe, petroſelinum Macedonicum, hujusque praecipue Aſtreoticum, calaminthe et pulegium potiſſimum ex Creta, ſin minus, certe ex regionibus editis et ſiccis, ſimili ratione et thymum. Atque herbarum quidem quicquid lignoſum durumque eſt, id abjiciendum, accipienda vero ad medicamenta folia, atque ex his maxime quae ſubtiliſſima virentiſſimaque ſunt atque in ſummis herbis nata, ad haec flores, et quae cum iis ſunt una, minutiſſimae tenuiſſimaeque feſtucae. Haec omnia ſimul tundenda cribrandaque ſunt tenui cribro; quippe ejusmodi medicamenta in totum corporis habitum maxime diſtribuuntur, veluti e diverſo craſſiora in ventre

στόμασι τῶν φλεβῶν ἐναρμοσθῆναι μὴ δυνάμενα. καὶ διὰ τοῦτο καὶ τὸ Διοσπολιτικὸν ὀνομαζόμενον φάρμακον, οὗ κατὰ τὸν ἐνεστῶτα λόγον ἔμπροσθεν ἐμνημόνευσα, παχυμερέστερον εἴωθα σκευάζειν, ἐπειδὰν ὑπαχθῆναι τὴν γαστέρα δι᾽ αὐτοῦ δεήσῃ. καί τις οὐκ εἰδὼς τοῦτο, λεπτότατόν τε καὶ χνοωδέστατον ἐργασάμενος αὐτὸ, τὴν μὲν ὑποχώρησιν οὐδέν τι προὔτρεψεν, οὖρα δ᾽ ἐκίνησεν οὐκ ὀλίγα, καὶ ἡμῖν ἐκοινοῦτο, θαυμάζων τε ἅμα καὶ ζητῶν τοῦ γεγονότος τὴν ἀληθινὴν αἰτίαν. αὐτὸς μὲν γὰρ ἔφη νομίζειν ἰδιοσυγκρασίαν τινὰ τοῦ ἀνθρώπου, καὶ γὰρ ἐκάλεσεν οὕτως, αἰτίαν εἶναι τοῦ συμβεβηκότος. [131] ὡς δὲ ἔμαθεν, ὅτι τὸ τῆς συνθέσεως εἶδος αἴτιον ἴδιον ὑπῆρχεν, αὖθις ἑτέρως ἐσκεύασε, τυχὼν τοῦ σκοποῦ. τούτου μὲν οὖν τοῦ παραγγέλματος ἐπὶ πάσης συνθέσεως φαρμάκου ἄμεινον μεμνῆσθαι. τὸ δὲ προκείμενον ἐν τῷ παρόντι λόγῳ φάρμακον ἀκριβῶς ἅπαντα λεπτὰ λαμβανέτω χάριν τοῦ ῥᾳδίως ἀναδίδοσθαί τε καὶ φέρεσθαι πάντῃ. μιγνύσθω δὲ τοῖς οὕτω παρεσκευασμένοις μέλι τὸ κάλλιστον, ἀκριβῶς ἀπηφρισμένον.

haerent, ut quae angusta venarum oscula subire nequeant. Quamobrem etiam medicamentum, quod Diospoliticon vocant, cujus in hoc libro antea mentionem feci, crassum facere soleo, quoties dejicere alvum per id studeo. Quidam vero id non intelligens, quum tenuissimum minutissimumque instar pollinis fecisset, ut alvo dejiciendae nihil contulit, sed urinam plane multam movit, mecum rem communicavit, miratus ac sciscitans eventus ejus veram causam. Ipse enim arbitrari se ajebat, hominis propriam et peculiarem temperiem (nam ita appellabat) ejus, quod inciderat, causam esse: ut vero propriam causam didicit esse compositionis rationem, postmodum aliter composuit meliore successu. Ac hujus quidem praecepti in omnium medicamentorum compositione meminisse expedit: propositum vero in praesenti medicamentum omnia prorsus subtilia postulat, quo facile in omnem corporis partem digerantur ferantur que. Miscendum vero his ita praeparatis est mel optimum curiose despumatum.

ἡ δὲ χρῆσις αὐτοῦ γιγνέσθω μετὰ τὴν ἑωθινὴν ἀνάτριψιν, καὶ πρὸ τῶν γυμνασίων τε καὶ λουτρῶν. ἔξεστι δὲ καὶ χωρὶς τοῦ μῖξαι τὸ μέλι ξηρῷ τῷ φαρμάκῳ φυλάξαντα χρῆσθαι παραπλησίως ἁλσὶ τοῖς εἰς ὄψα παρεσκευασμένοις. ἔξεστι δὲ καὶ εἰς πτισάνην ἐμβαλεῖν οἷον ὄξος ἤ τι τοιοῦτον ἀντὶ πεπέρεως. οὐ μόνον δὲ τὸ ξηρὸν ἁλῶν δίκην ἐστὶ πολύχρηστον, ἀλλὰ καὶ τὸ σὺν τῷ μέλιτι. καὶ γὰρ καὶ τοῦτο δυνατὸν ἀναμιγνύντα τοῖς ἐδέσμασιν, ἀποχεῖσθαι μετά τινος ἐξ αὐτῶν, ὡς ἡδὺ τῷ χρωμένῳ φαίνεσθαι. μηδὲν μέντοι μετὰ τὴν τροφὴν μηδέποτε λαμβάνειν, μήτε τοῦτο, μήτ᾽ ἄλλο τι φάρμακον, ἀνάδοσιν ἰσχυροτέραν ἐργαζόμενον. οὐ γὰρ ἀναδίδοσθαι τηνικαῦτα βέλτιον, ἀλλὰ πέττεσθαι τοῖς ληφθεῖσιν. ἄμεινον οὖν ἐστι τοῖς ἐπικουρίας τινὸς ἔξωθεν εἰς πέψιν δεομένοις ἐν τούτῳ τῷ καιρῷ δίδοσθαι φάρμακον, οὗ τὴν σύνθεσιν ἔμπροσθεν ἐδήλωσα. λέγω δὲ τὸ διὰ τριῶν πεπέρεων ἁπλοῦν. καὶ αὐτὸ δὲ τὸ πέπερι μόνον ἐμπαττόμενον τῷ ποτῷ χρηστὸν εἰς τὰ παρόντα, καὶ εἴπερ ἄρα μείζων τις εἴη χρεία, καὶ τὸ διὰ

Porro ufus ejus erit poft matutinam frictionem, et ante exercitationem et balneum. Licet et fine admixto melle ficcum medicamentum reponere, eoque falis vice praeparati ad obfonia uti. Licet et in ptifanam veluti acetum injicere, vel ejusmodi aliquid pro pipere. Non modo autem ficcum ipfum medicamentum falis ritu in vario eft ufu, fed etiam quum melli eft admixtum; fiquidem id quoque poteft cum aliquo cibo mixtum fumi, ita ut jucundum utenti fit. Poft cibum tamen nunquam nec hoc medicamentum, nec aliud ullum, quod ad diftributionem vehementiorem faciat, fumendum eft: non enim diftribui tunc, fed concoqui, quae fumpta funt, eft utilius. Melius itaque fit iis, qui externo aliquo praefidio ad concoctionem egent, hoc tempore exhiberi medicamentum, cujus compofitionem ante expofui: voco autem ipfum diatrionpeperεων fimplex. Quin etiam ipfum piper potioni infperfum percommodum eft ad ea, de quibus agimus; quod fi qua fortaffe major neceffitas inci-

χυλοῦ τῶν κυδωνίων μήλων, οὗ τὴν σύνθεσιν ἅπασαν ἐρῶ καὶ τὴν δύναμιν ἀκριβῶς ἐξηγησόμενος κατὰ τὸν ἑξῆς λόγον. εἰς δὲ τὰ παρακείμενα νῦν ἁπάντων ἄριστον φάρμακον ὧν ἐγὼ γινώσκω τὸ διὰ τῆς καλαμίνθης ἐστί. καὶ γὰρ λεπτύνει τὰ παχέα καὶ γλίσχρα, καὶ διαφορεῖ, καὶ οὔρησιν κινεῖ, καὶ καταμήνια γυναιξίν. ἔστι δὲ καὶ ἥδιστον ἐν τῇ χρήσει, καὶ μάλισθ᾽ ὅταν λάβῃ πλεῖον τοῦ μέλιτος. ἑψεῖσθαι δ᾽ ἐπὶ πλέον αὐτὸ χρὴ τηνικαῦτα. τοῖς δ᾽ ἀπεστραμμένοις τὰ γλυκέα καὶ φεύγουσι τὸ μέλι, καὶ γὰρ τοιαῦται μέν τινες εὑρίσκονται φύσεις, ὀλίγον ἐν τῇ συνθέσει μιγνύσθω τὸ μέλι. βέλτιον δὲ καὶ μᾶλλον ἑψεῖσθαι τούτοις, καὶ γὰρ ἧττον οὕτως ἐστὶ γλυκὺ, καὶ ἧττον ἀνατρέπει τὸν στόμαχον ἐπὶ τῶν ἀπεστραμμένων φύσει τὸ μέλι. τὰ μὲν δὴ τοιαῦτα πάντα καὶ αὐτός τις ἐπινοείτω πρὸ τῆς ἡμετέρας συμβουλῆς, ἕνα κοινὸν ἐν ἅπασι διαφυλάττων σκοπὸν, ἥδιστον γενέσθαι τὸ φάρμακον, εἰς ὅσον ἐγχωρεῖ, φυλαττομένης αὐτοῦ τῆς εἰς τὴν ὠφέλειαν δυνάμεως· οὐ γὰρ δὴ ταύτην γ᾽ ἐκλῦσαι κελεύω τῆς ἡδονῆς

derit, etiam quod ex fucco mali cydonii conficitur, cujus omnem compofitionem viresque diligenter in fequentibus explicabimus. Verum ad ea, quae nunc agimus, omnium, quae mihi cognita funt, optimum medicamentum eft diacalaminthes: nam et craffa lentaque attenuat, et per halitum educit, et urinas movet, et mulieribus menfes. Eft autem ufu quoque jucundiffimum, praefertim quum liberalius mel accepit: quo tempore coqui largius poftulat. Qui vero averfantur dulcia et mel fugiunt, (nam ejusmodi quoque naturas invenias,) iis parum in compofitione mifcebis. Sane melius his quoque fuerit, fi largius coquatur; nam et minus eft eo pacto dulce, et minus ftomachum eorum, qui a melle naturaliter abhorrent, fubvertit. Atque omnia quidem hujusmodi vel ante noftram admonitionem fibi ipfi quis excogitabit, unum fcilicet ubique deftinans, nempe ut, quoad fieri licet, jucundiffimum fiat medicamentum, fed tamen virium ejus utilitate fervata: non enim hanc, dum voluptati indulge-

στοχασάμενος. ὅταν οὖν ἐπὶ δύο που τὰς πρώτας ἡμέρας ἢ τρεῖς οὕτως ᾖ παρεσκευασμένος ὁ ἄνθρωπος, οὐδὲν ἂν εἴη χεῖρον ἤδη καὶ γυμνάσασθαι διὰ τῶν συνήθων αὐτῷ, ἀποπειρώμενον εὐχροίας τε καὶ τῶν ἄλλων σημείων, ἃ κατὰ τὸν ἔμπροσθεν εἴρηται λόγον. εἰ μὲν γὰρ ἅπαντά σοι χρηστὰ φαίνοιτο, τελέως γυμνάζειν αὐτόν· εἰ δὲ μὴ, προκαταπαύειν τε τοῦ συμμέτρου, κἂν τοῖς εἰρημένοις πρὶν διαιτήμασί τε καὶ φαρμάκοις φυλάξαντα κατ᾽ ἐκείνην τὴν ἡμέραν, αὖθις ἐπιχειρεῖν τῷ γυμνασίῳ κατὰ τὴν ὑστεραίαν ἐπὶ τοῖς αὐτοῖς σημείοις τε καὶ σκοποῖς, ἵν᾽, ὅταν ἤδη πάντα ἄμεμπτα φαίνηται, πρὸς τὴν αὐτὴν δίαιταν ἐπαναγάγῃς αὐτὸν, ᾗ καὶ πρὶν ἁλῶναι τῷ κοπώδει συμπτώματι συνήθης ἦν.

Κεφ. η΄. [132] Ἐπεὶ δὲ (263) καὶ τῷ τῆς ἐλάτης ἀκόπῳ φαρμάκῳ χρῆσθαι συμφέρει τοῖς κατὰ τὴν σάρκα τε καὶ τὸν ὄγκον ἅπαντα τοῦ ζώου χυμοὺς ἠθροικόσιν, ἤτοι πεφθῆναι δεομένους, ἢ διαφορηθῆναι, οὐδὲν ἂν εἴη χεῖρον εἰπεῖν τι καὶ περὶ τῆς ἐκείνου συνθέσεως. ἔστι μὲν οὖν

mus, folvi jubeo. Ubi igitur circiter duos vel tres primos dies ita praeparatus homo eft, non incommodum fuerit etiam confuetis eum exercitationibus admovere, animadverfis prius tum coloris bonitate, tum aliis notis, quae in praecedentibus funt comprehenfae. Nam fi omnia commode fe habere videntur, plene exercendus eft; fin minus, etiam ante mediocritatem defiftet, ac in prius dictis tum victu, tum medicamentis eo die habendus, poftridie rurfus exercitationi dandus, fuper iisdem tum notis, tum fcopis, ut, quum omnia ex fententia commodaque appareant, ad eandem victus rationem revoces, cui ante infuevit, quam laffitudinis fymptomate urgeretur.

Cap. VIII. Quoniam vero et acopo, quod ex abiete fit, uti expedit iis, qui in carne et tota corporis mole fuccos congefferunt, qui aut concoqui defiderent, aut per halitum digeri, non abs re fuerit ejus quoque compofitionem apponere. Eft igitur abietis maturiffimum femen

ὡραιότατον αὐτῆς τὸ σπέρμα περὶ τὴν ἐπιτολὴν τοῦ ἀρκτούρου, ὅστις καιρὸς ἐν Ῥώμῃ μὲν ὁ καλούμενος μὴν ἐστι Σεπτέμβριος, ἐν Περγάμῳ δὲ παρ᾽ ἡμῖν Ὑπερβερεταῖος, Ἀθήνησι δὲ μυστήρια. ἐλαίῳ δ᾽ ἐμβάλλειν αὐτὸ χρὴ, καθ᾽ ἣν ἂν θέλῃς ὥραν τοῦ ἔτους, οὐδεμία γὰρ ὅσον ἐπὶ τούτῳ διαφορά. βέλτιον δὲ, εἰ καὶ θλάσας ἐμβάλλοις αὐτό· θᾶττον γὰρ οὕτω τὸ ἔλαιον ἐμπλήσει τῆς ἰδίας ποιότητός τε καὶ δυνάμεως. εἴη δ᾽ ἂν ὁ χρόνος οὗτος ἐλάχιστος ἡμερῶν μ΄· πολλάκις δ᾽ ἡμεῖς καὶ τρεῖς καὶ τέτταρας καὶ πολὺ πλείους μῆνας ἐπετρέψαμεν ἐμβραχῆναι, κᾄπειθ᾽ οὕτως ἀπεῤῥίψαμεν τὸ σπέρμα, τὸ δ᾽ ὑγρὸν ὀθονίῳ διηθήσαμεν. ἔστω δὲ τὸ μὲν ἔλαιον ἕν τι τῶν χαλαστικῶν, οἷόν περ ἐν Ἰταλίᾳ τὸ Σαβῖνον, ἐμβαλλέσθω δ᾽ εἰς τὰς εἴκοσι καὶ πέντε κοτύλας αὐτοῦ μόδιος Ἰταλικὸς τοῦ σπέρματος τῆς ἐλάτης, οὐσῶν δὲ καὶ τῶν κοτυλῶν Ἰταλικῶν, ἃς δὴ καὶ λίτρας ὀνομάζουσι. βραχέντος δ᾽ ἐν αὐτῷ τοῦ σπέρματος, πολλῷ δηλονότι μεῖον γίνεται. σύμμετρον δ᾽ οὖν ἐστι τῷ καταλειφθέντι, κηροῦ μὲν λίτρας ἐμβαλεῖν τέσσαρας, ῥητίνης

circa Arcturi emerſum, quo tempore Romae September menſis eſt, apud nos vero Pergami Hyperberetaeus, Athenis Myſteria. Id ſemen conjicere oportet in oleum quolibet anni tempore, nullum enim in ea re diſcrimen eſt. Melius tamen fuerit, ſi id contundas prius, quam injicias; ita enim citius oleum ſua qualitate vique inficiet. Et erit id ſpatium dierum minimum quadraginta. Nos vero ſaepe et tres, et quatuor, etiam multo plures menſes macerari permiſimus: ſic deinde ſemen abjecimus, humidum vero linteo percolavimus. Eſto vero ejus generis oleum, cui relaxandi vis inſit: cujusmodi in Italia Sabinum eſt. Conjicies autem in quinque et viginti heminas ejus ſeminis abietis modium Italicum. Eſto autem et hemina ipſa Italica, quam utique et libram nominant. Ubi vero maceratum in eo ſemen fuerit, multo plane minus redditur. Ei igitur, quod reliquum eſt, idoneus cerae modus erit, ſi quatuor libras immiſeris, reſinae

δὲ ἐλατίνης τὸ τρίτον τῆς λίτρας μέρος, αἵ πέρ εἰσιν ὁλκῆς < β′ καὶ λ′. τὸ δ᾽ ἴσον ἐμβαλλέσθω μὲν τῆς στροβιλίου ῥητίνης. εἰ δ᾽ αὗται μὴ παρεῖεν, ἀντ᾽ αὐτῶν τῇ τερεβινθίνῃ χρῆσθαι. ἑψεῖν δ᾽ ἄμεινον ἐπ᾽ ἀγγείου διπλοῦ, ἢ πάντως γ᾽ ἐπὶ πυρὸς ἀσθενοῦς, οἷόν ἐστι τὸ τῶν ἀνθράκων· ἔστωσαν δ᾽ οὖν μηδ᾽ οὗτοι πολλοί. τοῦτο τὸ φάρμακον ἐπιτηδειότατόν ἐστιν εἰς ἅπαντας κόπους αὐτομάτους τε καὶ οὐκ αὐτομάτους. ἀγαθὸν δὲ καὶ τὸ διὰ τῆς αἰγείρου τῶν ἀνθῶν συντιθέμενον. ἔστι δὲ καὶ τοῦτο τοιόνδε. τῶν ἀνθῶν τῆς αἰγείρου μεμυκότων ἔτι μόδιος Ἰταλικὸς ἐμβάλλεται λίτραις ἐλαίου Σαβίνου πεντεκαίδεκα ἢ εἴκοσι. μὴ παρόντος δὲ τοῦ Σαβίνου, τῶν ὁμοίων τι παρασκευαστέον ἐλαίων. εἴρηται δ᾽ ἐν τοῖς ἔμπροσθεν, ὡς ὅμοια πάντ᾽ ἐστὶ τὰ λεπτομερῆ θ᾽ ἅμα καὶ μὴ στύφοντα. κάλλιον δ᾽, εἰ καὶ μετρίως θλασθὲν ἐμβληθείη τῷ ἐλαίῳ τὸ ἄνθος. εἰ δὲ καὶ καθ᾽ ἑκάστην διακινοῖτο, καὶ μάλισθ᾽ ὅταν ἥλιος ᾖ θερμὸς, ἐν οἰκήματί τε θερμῷ τὴν ἀπόθεσιν ἴσχῃ, θᾶττόν τε ἂν οὕτω καὶ μᾶλλον ἡ τῆς αἰγείρου

vero abietinae librae unius partem tertiam: id aequat drachmas triginta duas: injicies vero et pineae refinae tantundem. Quod fi harum copia non fit, earum loco terebinthina utendum. Coques vero commodius haec in vafe duplici, aut certe igni lento, qualis prunarum eft: quae tamen nec ipfae multae effe debent. Medicamen hoc aptiffimum eft ad omnem laffitudinem, feu fponte ortam, feu haud fponte contractam. Utile fane medicamentum eft et quod ex populi floribus fit. Id tale eft. Ex floribus populi adhuc conniventibus modius Italicus in quindecim aut viginti libras Sabini olei immittitur. Si id praefto non eft, fimile aliquod praeparandum oleum eft. Dictum vero in praecedentibus eft, fimile effe, quodcunque tenue eft nec ullam adftringendi vim habet. Magis vero ad rem pertinebit et fi modice contritum ipfum florem in oleum conjicias. Quod fi quotidie medicamentum dimovebis, idque potiffimum quum fol fervebit, ac in domo calida repones, celerius ita magisque

ποιότης τε καὶ δύναμις εἰς τοὔλαιον μετέλθοι, ὥστε σε μετὰ δύο που καὶ τρεῖς μῆνας δύνασθαι ἐκθλίψαντα τὸ ἄνθος αὐτὸ μὲν ἀποῤῥῖψαι, τὸ δ᾽ ἔλαιον ἔχειν ἀδήκτως διαφορητικὸν, οὐδέν τι μεῖον τοῦ ἐλατίνου. καὶ μέντοι καὶ κηρὸν καὶ ῥητίνην ἔξεστιν ἐμβάλλειν αὐτῷ τοσοῦτον, ὅσον ἀρτίως ἐν τῇ συνθέσει τοῦ διὰ τῆς ἐλάτης εἴρηται φαρμάκου. παχὺ τι δ᾽ εἴποτε γένοιτο τὸ ἐκθλιβόμενον ὑγρὸν, ἱκανὸν οὐ μόνον τὸ τέταρτον μέρος, ἀλλὰ καὶ τὸ πέμπτον μίγνυσθαι κηροῦ. ἐγὼ δ᾽ οἶδά ποτε καὶ τὸ ἕκτον ἐμβαλὼν, παχυτέρου τε τοῦ ἐλαίου γινομένου, καὶ τοῦ μέλλοντος αὐτῷ χρῆσθαι χαίροντος ὑγροτέρῳ φαρμάκῳ. τινὲς δ᾽ οὐκ ἀναμένοντες ἐν χρόνῳ πλέονι διαβρέχεσθαι τά τε ἄνθη καὶ τὰ σπέρματα, τοῦτο μὲν ἑψεῖν αὐτὰ δέονται, τοῦτο δ᾽ ὕδωρ ἐμ[133]βάλλειν, ὅσοι γε προμηθέστεροι, χάριν τοῦ μήτε φρυχθῆναι τὰ ἐμβληθέντα, μήτε κνισῶδες γενέσθαι τοὔλαιον. ὅσοι δ᾽ ἔτι τούτων ἐπιμελέστεροι, τὴν ἕψησιν ἐν ἀγγείοις διπλοῖς ποιοῦνται· καλεῖται δ᾽ οὕτως, ἐπειδὰν, προϋ-

tum qualitas populi, tum vis in oleum migrabit. Itaque poft duos tresve menfes potes, flores quum expresferis atque ipfos abjeceris, habere oleum, quod fine ulla morfione per halitum digerat, idque nihilominus quam abietinum. Quin etiam cerae et refinae tantundem injicere licet, quantum paulo ante in id, quod ex abiete confici diximus. Si quando vero humidum id, quod expresfum eft, crasfius videbitur, fat fuerit vel quintam partem cerae adjici, nedum quartam. Ego vero etiam fextam me addidiffe fcio, et oleum crasfum erat effectum, et qui ufurus erat, liquidiore medicamento delectabatur. Nonnulli diu macerari tum flores, tum femina non ferentes, partim ea percoquere in oleo coguntur, partim aquam injicere, utique qui cautiores funt, quo videlicet nec torreantur, quae funt injecta, nec oleum uftionem odore referat. Qui vero his magis funt curiofi, in duplicibus ii vafis coquunt: hoc fit, quum in lebete, in quo fit aqua

ποκειμένου λέβητος ὕδωρ ἔχοντος ζέον, ἔνεστί τέ τι τούτῳ μικρὸν ἀγγεῖον, εἰς ὃ μέλλει τὸ ἔλαιον ἐγχεῖσθαι. τοῦτο μέν γε καὶ ἡμεῖς ποιοῦμεν, ἀλλ᾽ οὐκ εἰς τὴν τῶν σπερμάτων ἢ ἀνθῶν ἕψησιν, οὐδὲν γὰρ ταύτης δεόμεθα πολυχρονίως αὐτὰ ἀποβρέχοντες, ἀλλ᾽ ὁπόταν διατήκειν ἐν τῷ λέβητι τὰς ῥητίνας καὶ τὸν κηρὸν ἐπιχειρῶμεν ἐν τῇ τοῦ φαρμάκου σκευασίᾳ. καταναγκαζόμενος δέ τις ἐν τάχει σκευάζειν αὐτὰ, δεήσεταί τε προαφεψεῖν, ὡς εἴρηται, καὶ ὕδατος ἐγχεῖν ἢ οἴνου χάριν τοῦ μὴ φρύγεσθαι. τὸ μὲν οὖν ὕδωρ εἰς τὰ παρόντα χρησιμώτερον, ὁ δ᾽ οἶνος εἴς τε τὰς ποδαγρικὰς διαθέσεις καὶ ὅλως ἀρθρίτιδας. ἀρκεῖ δὲ μιγνύναι τοσοῦτον ὕδατος, ὡς ἑψόντων ἐκδαπανηθῆναι πᾶν. εἴη δ᾽ ἂν οὕτως ὀλίγον, ὡς τετραπλάσιον ἢ πενταπλάσιον αὐτοῦ τὸ ἔλαιον ὑπάρχειν. ταῦτά τε οὖν τὰ φάρμακα διαφορεῖ τοὺς κατὰ τὰς σάρκας τε καὶ τὸ δέρμα μὴ πάνυ παχεῖς μηδὲ γλίσχρους χυμοὺς, καὶ πρὸς τούτοις ἔτι τὸ ἐκ τοῦ χαμαιμήλου ἔλαιον, αὐτό τε καθ᾽ ἑαυτὸ μόνον, ἐμβληθέντων τε κηροῦ καὶ ῥητίνης αὐτῷ. ἱκανὸν δὲ κἀνταῦθα

fervens, inferitur exiguum vafculum, in quod oleum debet infundi. Id quod fane nos facimus, non tamen ad femina floresve coquendos, (quippe hac coctione minime egemus, propterea quod ea diu maceramus,) fed tum, quum in conficiendo medicamento ceram et refinas liquare in lebete paramus. Qui vero celerius ea praeparare cogitur, hunc neceffe eft et, ut praedictum eft, praecoquere, et, ne torreantur, aquam vinumve injicere. Atque ad ea quidem, de quibus nunc agitur, utilior aqua eft, vinum vero ad podagricos affectus et uno verbo articulares. Porro fufficit tantulum aquae admifceri, quantum coquendo totum vanefcet. Is modus erit, fi quadruplum ejus aut quintuplum oleum fit. Ergo et haec medicamenta fuccos, quicunque non admodum craffi nec lenti in carne cuteque refident, diffolvunt, et ad haec, quod ex chamaemelo fit oleum, tum ipfum folum, tum vero cera refinaque adjectis. Quorum modus hic quoque

τοῦ μὲν κηροῦ τὸ τέταρτον μέρος, τῆς δὲ ῥητίνης τὸ ιβ'. εἰ δὲ μηδενὸς τῶν εἰρημένων ἐλαίων εὐποροίης, ἀνήθινον ἔλαιον ποιήσασθαί σοι ῥᾶστον. ἔστι δὲ καὶ τοῦτο διαφορητικὸν φάρμακον, εἴτε καταμόνας τις, εἴτε σὺν κηρῷ τε καὶ ῥητίνῃ χρῷτο. πειρᾶσθαι δ' ἐπ' ἀγγείου διπλοῦ τὸ ἀνήθινον ἑψεῖν. ἄμεινον δὲ καὶ χλωρὸν εἶναι τὸ ἄνηθον. ὅταν δὲ ᾖ τοῦτο, καθ' ὃν χρήσῃ καιρὸν, ὡραῖον ὑπαρχέτω. καὶ τὸ σαμψύχινον δ' ἔλαιον ἐπιτήδειον ἐν ὥρᾳ χειμερινῇ, καὶ χωρίῳ ψυχρῷ, καὶ καταστάσει παραπλησίᾳ. λαμβανέτω δὲ καὶ τοῦτο κηροῦ τε καὶ ῥητίνης, εἰ παραμένειν ἔτι πλέον αὐτό γε βούλει τοῖς ἀλειφομένοις ὑπ' αὐτοῦ σώμασιν. ὁμοίως δὲ καὶ τὴν λιβανωτίδα πόαν ἐναφεψεῖν ἐλαίῳ. καὶ εἰ μηδὲ ταύτην ἔχοις, ῥίζα τεύτλου λευκοῦ, καὶ ἡ τοῦ σικύου ἀγρίου ῥίζα, καὶ ἡ τῆς ἀλθαίας, καὶ ἡ τῆς βρυωνίας ἱκανῶς διαφοροῦσιν ἐναποτιθέμεναι καὶ αὗται τὴν ἑαυτῶν ποιότητά τε καὶ δύναμιν ἐλαίῳ τινὶ τῶν διαφορητικῶν. ἐς ὅ τι δ' ἂν ἐθέλῃς ἔλαιον οὕτω παρασκευασθὲν ἐμβαλεῖν, ἤτοι κηρὸν μόνον, ἢ

satis erit idoneus, si cerae pars quarta, resinae duodecima sit immixta. Si cui vero nullius horum, quae memoravimus, oleorum copia sit, huic anethinum praeparasse est facillimum. Potest vero et id medicamentum per halitum digerere, sive solo eo, sive cum cera resinaque utare. Danda vero opera est, ut in vase duplici anethinum coquatur, utiliusque fuerit, si anethum viride sit. Quod utique, si quo tempore requiris, competet, maturum id esto. Jam sampsychinum oleum hyeme et regione frigida ac tempestate simili idoneum medicamentum est. Habeto vero ceram ac resinam id quoque, si praesertim manere id super uncto corpore diutius studes. Simili ratione rosmarinum herba oleo incoquenda. Quod si nec ea sit ad manum, betae albae radix, et cucumeris agrestis, et althaeae, et vitis albae efficaciter dissolvunt, ubi suam ipsae qualitatem viresque in oleo aliquo similis facultatis dimiserunt. Quodcunque vero sic praeparatum oleum est, in id si vel ceram solam, vel cum ea resinam

καὶ ῥητίνην τινὰ σὺν αὐτῷ, καλλίστην τε καὶ παραμόνιμον ἀλοιφὴν κατασκευάσεις. ἀρκεῖ δὲ τοὐπίπαν ἐμβάλλειν τοῦ μὲν κηροῦ τὸ τέταρτον μέρος, τῆς δὲ ῥητίνης τὸ δωδέκατον. εἰ δὲ καὶ δύο ῥητίνας ἐμβάλοις, ἐλατίνην τε ἅμα καὶ στροβιλίνην, ἢ καὶ τρίτην ἐπ᾽ αὐταῖς τὴν τερμινθίνην, ἢ καὶ, μὴ παρουσῶν τούτων, τὴν ὑγρὰν πιτυΐνην, ἔσται σοι καὶ οὕτω διαφορητικὸν τὸ φάρμακον. ἀπορῶν δὲ τούτων, ἤτοι τὴν ἐκ τῶν κεραμείων μιγνύναι πιτυΐνην, ἢ καὶ τὴν φρυκτὴν ὀνομαζομένην. οἶδα μὲν, ὡς ἀποδέουσιν αὗται τῶν προειρημένων, οὐ μὴν παντάπασίν εἰσιν ἀπόβλητοι.

Κεφ. θ'. Λοιπῆς δ᾽ οὔσης κοπώδους διαθέσεως, ἐν ᾗ πρὸς τῷ τῆς ἑλκώδους αἰσθήσεως πλῆθος ὠμῶν ἐν ὅλῳ τῷ σώματι περιέχεται, λεκτέον ἂν εἴη καὶ περὶ τῆσδε. χαλεπὸν δ᾽ οὐδὲν ἐξευρεῖν αὐτῆς τὴν ἐπανόρθωσιν, ἀπὸ τῶν εἰρημένων [134] ὁρμώμενον. εἰ γὰρ καὶ ποτὲ μὲν ἐν ταῖς πρώταις φλεψὶ τὸ πλῆθος τῶν ὠμῶν ἐστι, τέμνειν αὐτὰ καὶ πέττειν ἔφαμεν χρῆναι, φυλαττομένους τὴν εἰς τὸν ὄγκον

injicere voles, non ſolum pulcherrimum, ſed etiam quod diu adhaereat unguentum facies. Abunde autem omnino erit, ſi cerae quartam partem, reſinae duodecimam injeceris. Si vero etiam duas reſinas injicies, nempe abietinam ac pineam, aut tertiam ſuper has terebinthinam, aut etiam, hae ſi deſint, liquidam piceam reſinam, ſic quoque medicamentum feceris, quod diſſolvendi vim habeat: jam hae ſi deſint, aut ea quae in fictilibus habetur picea miſcenda, aut quam frixam dicunt. Nec ignoro tamen has ſupradictis imbecilliores, caeterum non omnino contemnendas.

Cap. IX. Quum vero reliquus laſſitudinis affectus ſit, in quo ſupra ulceroſum ſenſum copia crudorum in toto corpore congeſta eſt, de hoc quoque dicendum eſt. Nec eſt inventu difficile, quemadmodum emendetur, ſi quis ea, quae dicta ſunt, ſequatur. Si enim alicubi in primis venis crudi ſucci copia eſt, diſſecandum nobis eum eſſe concoquendumque diximus, caventibus ſemper, ne in

ἀνάδοσιν· ὁπότ᾽ ἐν ταῖς ἐσχάταις φλεψὶ, καὶ κατὰ τὴν ἕξιν τοῦ ζώου, πέττειν τε ἅμα καὶ διαφορεῖν. ἄμφω μικτέον ἐστὶν, ἐφ᾽ ὧν ἄμφω συμβέβηκεν· εἰ μὲν ἰσοσθενῶς ἐνοχλεῖν σοι δόξειεν, ὁμοτίμως ἀμφοτέρων στοχαζόμενον· εἰ δὲ εἴη θάτερον ἐπικρατέστερον, εἰς ἐκεῖνο μὲν ἀναφέρων τῆς ὅλης θεραπείας τὸ κῆδος, ἀμελῶν δὲ μηδὲ θατέρου τοῦ μικροτέρου. μιχθήσεται μὲν οὖν ἡ πρὸς ἀμφότερα θεραπεία κατὰ τόνδε τὸν τρόπον· οὐδὲν γὰρ χεῖρον ἐπὶ παραδειγμάτων ὀλίγον εἰπεῖν τι καὶ περὶ τοῦδε. τῷ διὰ τριῶν πε(264)πέρεων ἁπλῷ φαρμάκῳ χρῆσθαι συνεβούλευον, ἐφ᾽ ὧν ὠμῶν χυμῶν πλῆθος ἐν ταῖς φλεψίν ἐστι, καὶ μάλιστα ταῖς πρώταις. εἰ τοίνυν μὴ μόνον ἐν αὐταῖς, ἀλλ᾽ ἐν πάσαις ταῖς φλεψὶν εἴη, καὶ ἤδη καὶ κατὰ τὰς σάρκας, ἐν ἀρχῇ μὲν τῆς ἐπιμελείας τῷ διὰ τριῶν πεπέρεων φαρμάκῳ χρηστέον, ἔχοντι καὶ πετροσελίνου τοσοῦτον, ὁπόσον ἂν ἔχῃ ἀνίσου τε καὶ θύμου καὶ ζιγγιβέρεως· μετὰ δὲ τὴν πρώτην ἡμέραν, καὶ μᾶλλον ἔτι τὴν δευτέραν ἐπιμιγνύναι αὐτῷ τοῦ διὰ τῆς καλαμίνθης· εἶθ᾽ ἑξῆς ἴσα μικτέον· εἶτ᾽ ἐπὶ προήκοντι

habitum corporis traducatur; ubi vero in extremis venis et corporis habitu refedit, et concoquendum pariter, et per habitum refolvendum. Nimirum, quibus ambo inciderunt, in iis ambae rationes funt mifcendae; atque id, fiquidem pari noxa urgere videbuntur, aequali utriusque refpectu; fin alterum praegravat, utique totius curationis ftudio in id propenfo, nec tamen altero, quod minus eft, neglecto. Mifcebis autem utriusque curationem ad hunc modum; non enim abs re fuerit exemplo aliquid de hoc egiffe. Suafimus iis, quibus in primis maxime venis crudi fucci congefta copia eft, fimplici diatrionpeperεων medicamento uti. Ergo, fi non modo in his, fed etiam in omnibus venis fit, fuperque in ipfa carne, in principio curationis ipfo diatrionpepereων utendum, fed cui admixtum petrofelini tantum fit, quantum anifi et thymi et zingiberis habebat; poft primum vero diem, magisque etiam poft fecundum mifcendum eidem eft aliquid diacalaminthes; mox vero partes aequae mifcendae; proce-

τῷ χρόνῳ πλέον τοῦ διὰ τῆς καλαμίνθης· εἶτ' ἐπὶ τελευτῇ καὶ μόνον. κατὰ δὲ τὸν αὐτὸν τρόπον ἐπὶ τῆς ἄλλης ἁπάσης διαίτης, ὅταν ἰσοκρατεῖς αἱ διαθέσεις ὑπάρχωσι, μιγνύναι καὶ αὐτῶν τῆς ἐπανορθώσεως τοὺς σκοπούς. ἀλλ' ἐν ἀρχῇ μὲν ἐπικρατείτω τὰ τῶν ἐν ταῖς πρώταις φλεψὶν ἰάματα· κατὰ δὲ τὴν τελευτὴν τὰ τῶν ἐν σαρκί· μεσοῦντος δὲ τοῦ χρόνου, μιγνύσθω κατ' ἴσον ἀμφότερον. ταῦτά τε οὖν εἴρηταί μοι, καὶ ἤδη δῆλον, ὅπως ἐπανορθοῦσθαι χρὴ τὰ κατὰ τοὺς χυμοὺς ἁμαρτήματα, πρὶν νοσῆσαι τὸν ἄνθρωπον. ἐξ ὧν γὰρ ἐπὶ τῆς ἑλκώδους διαθέσεως εἴπομεν, ὅταν ἐπιμίγνυταί τινι κακοχυμίᾳ, πάρεστι συλλογίζεσθαι καὶ περὶ τῶν ἄλλων ἑκάστης, ἐπειδὰν μόνη ποτὲ συνίστηται.

Κεφ. ι'. Περὶ μὲν οὖν τοῦ τε πρώτου γένους τῶν κόπων, ἐφ' ὧν νυγματώδης ἐστὶ κατὰ πάντα τοῦ ζώου αἴσθησις, ὅσαι τ' ἄλλαι μοχθηρῶν χυμῶν ἐν τῷ σώματι γίγνονται πλεονεξίαι, καθ' ἑαυτάς τε καὶ σὺν κόποις, σχεδὸν ἤδη λέλεκται πάντα· περὶ δὲ τοῦ τονώδους ὑφ' ἡμῶν κλη-

dente deinde tempore, ipfius diacalaminthes plus addendum; ad extremum vero etiam folum exhibebitur. Ad eundem modum et in reliqua omni victus ratione, quoties pares affectus funt, mifcendae eorum medendi rationes funt, fed ita tamen, ut inter initia potiores medendi partes iis praeftentur, quae in primis continentur venis, in fine vero iis, quae in carne; medio inter haec tempore ambae rationes aequabiliter mifcebuntur. Haec igitur dicta a me funt, et patere jam arbitror, qua ratione corrigere oporteat, quod peccatum in fuccis eft prius, quam hominem morbus occupet. Ex iis enim, quae in ulcerofo affectu retulimus, quum adjunctus vitiofo fucco eft, ratiocinari licet et de alio quovis, quum folus confliterit.

Cap. X. Ac de primo quidem laffitudinum genere, in quo punctionis quidem fenfus omnes animalis partes infeftat, ac caeteris vitiofi fucci redundantiis, quae corpori vel folae vel cum laffitudine accedunt, ferme diximus univerfa; de ea vero laffitudine, quae a nobis ten-

θένιος κόπου λέγω ἐφεξῆς. ὅτι μὲν οὖν ὁ τοιοῦτος κόπος, ὅταν ἄνευ γυμνασίων συνίστηται, πλῆθος ἐνδείκνυται διατεῖνον τὰ στερεὰ μόρια τοῦ ζώου, καὶ ἄλλοις μέν τισι τῶν εὐδοκίμων ἰατρῶν ἔδοξεν, οὐχ ἥκιστα δὲ καὶ τοῖς περὶ τὸν Ἐρασίστρατον. ὅτι δ', ὅταν αἵματος ᾖ πλῆθος, ἄριστον ἤτοι φλέβα τέμνειν, ἢ ἀποσχάζειν τὰ σφυρὰ, λέλεκται μέν που καὶ πρόσθεν, ἀναληπτέον δ' ἔτι καὶ νῦν τὸν λόγον Ἐρασιστράτου χάριν, ὃς οὔτ' ἐπ' ἄλλης ὅλως οὐδεμιᾶς, οὐδὲ ἐπὶ τῆσδε τῆς διαθέσεως ἐχρήσατο φλεβοτομίᾳ. ὅτι μὲν οὖν ἐπὶ τῆς ὑγιεινοτάτης φύσεως, ὑπὲρ ἧς ὁ λόγος ἐνέστηκεν, ἐγχωρεῖ καὶ κατ' ἄλλον τρόπον ἐκκενοῦν τὸ τοιοῦτον πλῆθος, ἔμπροσθεν εἴρηται. κατὰ μὲν γὰρ τὰς μοχθηρὰς, ἐφ' ὧν τὸ περιττὸν κατὰ τὸν ἐγκέφαλον ἢ τὰ τῆς ἀναπνοῆς ὄργανα φέρεται, πηλίκον ἐστὶ κακὸν ἑτέρῳ τρόπῳ κενώσεως χρῆσθαι, παραλείποντας φλεβοτομίαν, εἰρήσεται μέν που καὶ διὰ τῶν ἑξῆς ὑπομνημάτων, ὅταν ὑπὲρ τῶν μοχθηρῶν κατασκευῶν ὁ [135] λόγος περαίνηται, λέλεκται δ' ἤδη κἀν

ſiva eſt appellata, deinceps agamus. Atque hanc quidem, quum citra exercitationem conſtiterit, abundantiam indicare aliquam, quae ſolidas animalis partes diſtendat, tum aliis quibusdam probatis viſum eſt medicis, tum non in poſtremis Eraſiſtrato. Ubi vero ſanguinis redundantia gravat, dictum (puto) ſupra eſt, optimum eſſe, vel venam incidere, vel malleolum ſcarificare. Reſumendus vero idem et nunc ſermo eſt vel Eraſiſtrati cauſa, qui nec in alio quovis, neque vero in hoc affectu ſanguinis detractione eſt uſus. Ac quod in ſaluberrima quidem natura, de qua ſermo habetur, liceat alia quoque ratione ejusmodi redundantiam emittere, dictum ſupra eſt. In vitioſis namque, in quibus videlicet vel in cerebrum vel in ſpiritus inſtrumenta excrementum defertur, quantum diſcrimen aditur, ſi, ſanguinis detractione omiſſa, alia vacuandi ratione utare, dicetur alicubi in ſequentibus libris, ubi de vitioſis corporum ſtatibus agemus Sed et dictum jam eſt in libro, quem De ſanguinis miſ-

τῷ περὶ φλεβοτομίας πρὸς Ἐρασίστρατον. ὅθεν οὐδὲ ἔστι μηκύνειν ἐν τῷδε περὶ αὐτῶν, ἀλλ' ἐπὶ τὸν λοιπὸν καὶ τρίτον τῶν κόπων, ὅταν αὐτομάτως συνίστηται, τὸν λόγον ἄγειν, ὃν ἐν τῷ πρόσθεν ἐκαλέσαμεν φλεγμονώδη διά τε τὸ τῆς ὀδύνης μέγεθος, καὶ ὅτι μετὰ θερμότητος ἐπιφανοῦς συνίσταται, συνεξαίρων εἰς ὄγκον τοὺς μῦς. οὗτος ὁ κόπος οὐδ' ὡρῶν ὀλίγων, μή τοί γε δυοῖν ἢ τριῶν ἔχεται ἡμερῶν ἴσον ὄγκον τῆς Ἐρασιστράτου βραδύτητος, ἀλλ' αὐτίκα πυρετὸν ἐπιφέρει σφοδρότατον, ἢν μή τις φθάσας ἀποχέῃ τοῦ αἵματος. καὶ γὰρ οὖν καὶ θερμότατόν ἐστι τὸ τῶν τοιούτων κόπων αἷμα, καὶ πλείστης αὐτοῦ δέονται τῆς κενώσεως ἅπαντες σχεδὸν οἱ καταληφθέντες τῷ κόπῳ. καὶ οἱ πολλοὶ δ' αὐτῶν πυρέττουσι, κἂν ἀποχέῃς τοῦ αἵματος. ὅθεν οὔτε βλακεύειν, οὔτε ὀλίγον ἀφελεῖν προσήκει, ἀλλὰ διὰ ταχέων ἐκκενοῦν, καὶ μέχρι λειποθυμίας ἄγειν, εἰ μηδὲν ἕτερον κωλύοι. κάλλιον δὲ, εἰ ἐγχωρεῖ, δὶς ἀφελεῖν ἐν ἡμέρᾳ μιᾷ, τὸ μὲν οὖν πρότερον οὕτω κενοῦντας, ὡς μὴ λειποθυμῆσαι τὸν

fione fcripfimus contra Erafiftratum; quo minus hoc loco longior de his habendus fermo eft, fed ad reliquum et tertium laffitudinis genus, quum fponte oritur, tranfeundum, quod in fuperioribus phlegmones fimilitudinem repraefentare diximus, et propter doloris magnitudinem, et quod cum evidenti calore etiam mufculos in majorem molem attollat. Haec laffitudo ne paucis quidem horis, nedum duobus tribusve diebus eodem tenore confiftit, prout Erafiftrato placet, fed ftatim febrem accendit vehementiffimam, nifi fanguinis detractione malo prius fit occurfum. Quin etiam calidiffimus eft in hujusmodi laffitudine fanguis, ejusque plurimum detrahi poftulant, qui ea premuntur, fere omnes. Non pauci vero eorum febricitant, etiamfi fanguinem detraxeris. Itaque nec cunctari, nec parum detrahere convenit, fed et mature educere, ac, nifi quid aliud vetat, ad animi defectum usque. Optimum vero fuerit bis eodem die, fi fieri poteft, detrahere. Ac primum quidem ita mittere expedit, ut in

ἄνθρωπον, τὸ δὲ δεύτερον οὐδὲ τὴν λειποψυχίαν φοβεῖσθαι προσήκει. τῇ μὲν γὰρ προτέρᾳ κενώσει καταλυθεὶς, οὐκ ἂν ὑπομεῖναι τὴν δευτέραν· ἐν ταύτῃ δ᾽ εἴτι πάθοι τοιοῦτον, εὐανακόμιστος γίνεται. μὴ φλεβοτομηθέντες δὲ οἱ οὕτως διακείμενοι τύχης ἀγαθῆς εἰς τὸ σωθῆναι δέονται, καὶ οὐδὲ σώζονται, εἰ μὴ καθ᾽ ἕτερόν τινα τρόπον, ἢ αἱμοῤῥαγήσαντες ἐκ ῥινῶν, ἢ λάβρων ἱδρώτων αὐτοῖς ἐκχυθέντων. ἐπισκοπεῖσθαι δὲ χρὴ μάλιστα μέλλοντας τέμνειν φλέβα, πότερον κατὰ θώρακα, καὶ νῶτα, καὶ ὀσφῦν ἐρείδουσιν αἱ τάσεις τε καὶ αἱ νυγματώδεις ὀδύναι, ἢ κατὰ κεφαλὴν καὶ τράχηλον μᾶλλον. οὕτως μὲν γὰρ τὴν ὠμιαίαν διαιρήσεις, καὶ μᾶλλον εἰ πλήρους αἰσθάνοιντο καὶ θερμῆς τῆς κεφαλῆς, ἐκείνοις δὲ τὴν ἔνδον· εἰ δ᾽ ὅλως ὁμαλῶς ὑπὸ τοῦ κόπου τὸ σῶμα κατέχοιτο, τὴν μέσην ἀμφοῖν. εἰ μὲν οὖν ἐπὶ τῇ φλεβοτομίᾳ πυρέσσειν ἄρξαιντο, τῆς θεραπευτικῆς ἔργον ἤδη μεθόδου προνοήσασθαι τούτων· εἰ δ᾽ ἀπύρετοι διαμένοιεν, ἐν μὲν τῇ πρώτῃ τῶν ἡμερῶν ἐπὶ τῇ φλεβοτομίᾳ πτισάνης χυλὸν ἢ ἐκ χόνδρου ῥοφήματα διδόναι μόνον, ἐν δὲ

animi defectum homo non incidat: fecundo vero ne animi defectus ipfe quidem eft formidandus; quippe qui priore detractione refolutus eft, fecundam fuftinere haud poterit, in hac vero fi quid tale homini incidit, facile revocabitur. Qui vero fic affecti fanguinem non emiferint, hi fi evaferint, utique fortunae beneficio id acceptum ferent; fed nec evadent, nifi alia quapiam ratione leventur, aut fanguinis e naribus profluvio, aut largo fudore effufo. Porro aeftimare diligenter oportet, qui fanguinem funt miffuri, in thoracene, dorfo et lumbis tenfio punctoriusque dolor figatur, an in capite potius et collo. His enim affectis humeralem venam fecabis, maxime fi repletum caput et calidum fentiunt; illis vero internam; fi vero omnino aequabiliter laffitudo corpus occupat, ambarum mediam. Ac fi ab incifa quidem vena febrire coeperint, curandi jam methodi opus eft his profpicere; fin autem tum non febricitent, primo die poft incifam venam aut ptifanae cremorem, aut forbitionem

τῇ δευτέρᾳ καὶ λούειν ἂν ἤδη δύναιο σὺν ἐλαίῳ δαψιλεῖ, διαιτᾶν δὲ, κἂν λούσῃς, μετριώτατα θριδακίνης, εἰ βούλοιτο, διδόναι τι, εἴτε κολοκύνθης, εἰ παρείη, καὶ πτισάνης. ἀγαθὸς δὲ καὶ ὁ χόνδρος, εἴθ᾽ ὡς πτισάνην τις αὐτὸν ἡδύνας ὄξει σκευάζοι, εἴτε χωρὶς ὄξους. εἰ δὲ μὴ παρείη κολοκύνθη, μαλάχῃ καὶ τεύτλῳ καὶ λαπάθῳ καὶ ἀνδραφάξυϊ χρῆσθαι. εἰ δὲ σαρκὸς βούλοιτο γεύσασθαι, τὴν τῶν πετραίων ἰχθύων ἢ ὀνίσκων ἐν λευκῷ ζωμῷ καλῶς ἑψήσαντα διδόναι. προσαγορεύω δὲ λευκὸν ζωμὸν, ὅταν ἄνευ γάρου τε καὶ πολὺ δὴ μᾶλλον τῆς ἄλλης καρυκείας σκευασθῇ, ἀνήθου τε καὶ ἁλῶν ἐμβληθέντων εἰς ὕδωρ σὺν ἐλαίῳ καὶ πράσῳ βραχεῖ. κάλλιον δὲ, εἰ καὶ τῇ δευτέρᾳ τῶν ἡμερῶν οἴνου φείσαιτο. τῇ τρίτῃ δὲ, εἰ μὲν εὐπέπτως φέροι τὴν ὑδροποσίαν, εἴργειν οἴνου καὶ τότε· μὴ φέροντος δὲ, μάλιστα μὲν ἀπόμελι διδόναι, καὶ γὰρ ἐμψύχει γέ πως ἠρέμα τοῦτο τὸ ποτὸν, οὗ καὶ αὐτοῦ χρήζουσιν οἱ φλεγμονώδεις κόποι· μὴ παρόντος δὲ τούτου, λεπτὸν καὶ λευκὸν οἶνον διδόναι, καὶ τἄλλα κατὰ

ex alica folum dabis, fecundo vero etiam lavare licet cum copiofo oleo, nutrire vero, tametfi laveris, plane moderatiffime debebis, lactucae, fi placet, aliquid offerens, vel (fi adfit) cucurbitae et ptifanae. Eft et alica non inutilis, five hanc aceto, ut ptifanam, condias, five etiam fine aceto. Si cucurbitae copia non fit, malva betaque et lapatho et atriplice eft utendum. Quod fi carnem quoque guftare velit, faxatiles pifces vel onifcos in albo jure bene elixos dabis. Voco jus album, quum fine garo, magisque etiam fine conditura ex variis opfoniorum generibus praeparatur, anetho faleque cum oleo et porri exiguo in aquam conjectis. Vino autem utiliter etiam ipfo fecundo die parcet: tertio vero, fi quidem aquae potionem facile toleret, tunc quoque vino abftinebit; fi non ferat, potiffimum quidem apomeli dabis, quippe leviter refrigerat ea quoque potio, quo utique indigent, quae phlegmones fenfum habent laffitudines. Hoc fi non fit, album et tenue vinum offeres: aliaque pro ratione

λόγον ἀνακομίζειν, εὐχύμῳ τε καὶ μηδαμῶς θερμαινούσῃ διαίτῃ χρώμενον. εὐλαβεῖσθαι δὲ μάλιστα πάντων ἀθρόως ἀνατρέφειν. ὅσοι γὰρ ἐπὶ τοιαύταις κενώσεσιν εἰς τὴν ἐξ ἀρχῆς [136] δίαιταν εὐθέως ἐπανῆλθον, ἐμπίπλαται τούτοις ἡ ἕξις ἀπέπτων χυμῶν, οὓς ἀναρπάζει, πρὶν πεφθῆναι καλῶς ἔν τε γαστρὶ καὶ κατὰ τὰς φλέβας, ὁ τοῦ σώματος ὄγκος. αὕτη μὲν ἡ ἀρίστη πρόνοια τοῦ φλεγμονώδους κόπου. διὰ τί δὲ ἐπαφαιρεῖν τε κελεύομεν αἵματος ἐπ᾽ αὐτῶν καὶ μὴ πληροῦν ἀθρόως, ἀρκεῖ μὲν δήπου καὶ τὴν ἐμπειρικὴν αἰτίαν εἰπεῖν, ὅτι καὶ μᾶλλον ὀνίνανται κενωθέντες οὕτω, καὶ ὑγιαίνουσιν εἰς μακρὸν, ὡς εἴρηται, διαγόμενοι· προσθεῖναι δ᾽ οὐκ ἂν χεῖρον εἴη καὶ τὴν ἀπὸ τῆς φύσεως τῶν πραγμάτων ἔνδειξιν. ἐπεὶ τοίνυν ἐν τῷ φλεγμονώδει κόπῳ πλῆθος αἵματος ἠθροισμένον θερμοῦ κατὰ τὸν ὄγκον ἐστὶν, ἡ φλεβοτομία δὲ τοὺς ἐν τοῖς ἀγγείοις ἐκκενοῖ χυμοὺς, ἄμεινον ἐπὶ τῇ προτέρᾳ κενώσει τοσοῦτον χρόνον διαλιπεῖν, ὡς με-

exhibebis, quae ut boni fint fucci, ita minime calfaciant. Cavendum vero praeter caetera eft, ne confertim et multum renutrias. Quippe qui poft hujusmodi exinanitionem ad priftinam diaetam protinus redeunt, iis corporis habitus crudis fuccis impletur: quos nimirum ante, quam concocti commode in ventriculo venisque fint, corporis moles ad fe rapit. Et haec quidem laffitudo commodiffime ad hunc modum curatur. Quam autem ob rem in iis, qui hac premuntur, iterari fanguinis detractionem jubeam, nec hos multum ac fimul reficere, fatis profecto fuerit vel Empiricorum caufam reddere: nempe quod et magis juvantur, quibus fic eft emiffus, et bona valetudine diutius fruuntur, qui, ficut comprehenfum eft, funt tractati. Caeterum et quae ex natura rei ducitur, rationem appofuiffe non fit alienum. Quoniam igitur in hac, quae veluti phlegmone fatigat, laffitudine vis calidi fanguinis congefta in corporis mole eft, venae autem fectio fuccos e vafis emittit, utile eft poft priorem detractionem tantifper intermittere, dum aliquid eorum qui in corpore

ταληφθῆναί τι καὶ εἰς τὰς φλέβας ἐκ τῶν κατὰ τὸ σῶμα. τοῦτο δ᾽ οὐκ ἐπιτρεπτέον ἐν αὐταῖς ἀπομένειν, ἡμιμόχθηρον ὑπάρχον, ἀλλ᾽ ἐκκενωτέον αὐτοῦ τὸ πλεῖστον. ταῦτά τοι καὶ κατὰ τὴν δευτέραν ἡμέραν ἐπαφαιροῦμεν αἵματος, ἐνίοτε δὲ καὶ κατὰ τὴν τρίτην, ἐπειδὰν (265) ἀντισπᾶν τε καὶ μετάγειν ἐξ ἑτέρων εἰς ἕτερα συμφέρειν δόξῃ. λέγεται δὲ καὶ περὶ τῶν τοιούτων ἁπάντων διορισμῶν ἀκριβέστερον ἐν τοῖς περὶ φλεβοτομίας, ὧν οὐκ ἐγχωρεῖ μεμνῆσθαι τανῦν διὰ τὸ τῆς θεραπευτικῆς πραγματείας ἰδιωτέρους ὑπάρχειν αὐτοὺς, καὶ μέλλειν που καὶ αὖθις ἴσως ἡμᾶς ἐν τῇδε τῇ πραγματείᾳ περὶ φλεβοτομίας ἐντελέστερον διέρχεσθαι.

Κεφ. ια'. Λοιπὸν οὖν, ὅτι ταχέως οὐ χρὴ πληροῦν ἐπὶ φλεβοτομίαις, εἰπόντες ἐνταῦθα καταπαύσομεν τὸν λόγον. ἕξει δὲ καὶ οὗτος εἰς πίστιν ὑπόθεσίν τινα τῶν ἤδη προαποδεδειγμένων ἐν τῇ περὶ τῶν φυσικῶν δυνάμεων πραγματείᾳ. δέδεικται γὰρ ἐν ἐκείνῳ τῷ λόγῳ πᾶσι τοῖς ὑπὸ φύσεως διοικουμένοις ὑπάρχουσα δύναμις ἔμφυτος ἡ ἑλκτικὴ τῶν ὁμοίων

funt humores remigret ad venas: Quod tamen quoniam committendum non eft ut in his maneat, utpote ex dimidio corruptum, fed potius plurimum ejus expellatur, idcirco detractionem fanguinis etiam fecundo die iteramus; aliquando vero et in tertio, ubi videlicet et revellere, et ex aliis in alia transferre vifum eft conducere. Dictum vero de omnibus ejusmodi diftinctionibus exactius eft in iis, quae de fanguinis detractione fcripfimus, quae nunc ideo recenfendi locus non eft, quod et ad medendi artem magis pertinet, et in hoc ipfo fortaffis opere plenius de fanguinis miffione fumus acturi.

Cap. XI. Reliquum ergo eft, ubi docuerimus, non effe a fanguinis miffione feftinanter reficiendum, hic librum hunc finiamus. Supponetur autem et ad hujus fermonis fidem quiddam, quod in opere de naturalibus facultatibus eft demonftratum. Ibi enim oftendimus, omnibus iis, quae propriâ naturâ reguntur, vim quandam effe infitam, qua fimiles, quibus alantur, fuccos pollint

χυμῶν, ὑφ' ὧν τρέφεσθαι μέλλει. δέδεικται δὲ καὶ ὡς, ἐπειδὰν ἀπορῇ μὲν οἰκείας τε ἅμα καὶ χρηστῆς τροφῆς, ἐπείγεται καὶ τῶν οὐ χρηστῶν τι συναρπάσαι. τοιοῦτον δ' ἐστί που τὸ μήπω πεφθὲν ἐν κοιλίᾳ τε καὶ φλεψίν. ἀναγκαῖον οὖν, ἐπειδὰν πλείω λαμβάνῃ τὰ σιτία κατὰ τὸν καιρὸν τοῦτον ὁ ἄνθρωπος, ἀναρπάζεσθαι πλεῖστον ὠμὸν χυμὸν εἰς τὸν ὄγκον τοῦ ζώου διὰ πολλὰς αἰτίας· ὅτι τε φαυλότερον ἐν τῇ γαστρὶ καὶ ταῖς φλεψὶ πέττεται τὸ πλέον, ὅτι τε πλέον εἰς τὸν ὄγκον ἀνέρχεται διὰ τὸ πλέον ὑπάρχειν, ὅτι τε πρωϊαίτερον, ἢ χρὴ, διὰ τὸ συγχωρεῖν μὲν τὴν γαστέρα ταῖς φλεψὶ, τὰς φλέβας δὲ ἅπασι τοῖς ἄλλοις τοῦ ζώου μορίοις ἐπισπᾶσθαι τὸ μήπω κατειργασμένον, ὅπερ οὐκ ἂν συνεχώρησαν ὁμοίως, εἴπερ ὀλίγον ἦν. ἐπιδέδεικται γὰρ, ὡς αὐτὰ πρότερον ἀπολαύει τὰ μόρια τῆς οἰκείας τροφῆς, εἶθ' οὕτως ἑτέροις ἐπιπέμπει. τὸ δὲ δὴ τελευταῖον καὶ μέγιστον αἴτιον τῆς βλάβης τοῖς οὕτω διακειμένοις ἐστὶ τὸ πολλὴν τὴν ἡμίπεπτον ἐπισπασάμενα τροφὴν τὰ καθ' ὅλον τὸν

attrahere. Demonſtratum praeterea eſt, ubi familiari et utili nutrimento deſtituuntur, urgeri vel ejus, quod inutile eſt, aliquid rapere: tale porro eſt, quod nondum in ventriculo veniſque concoctum eſt. Ergo neceſſum eſt, quum homo largius ſe cibis per hoc tempus impleverit, eo caſu crudi ſucci plurimum in corpus animalis rapi, idque multis de cauſis: et quod deterius in ventre veniſque concoquitur, quod copioſius eſt; et quod multum in corporis molem ideo ſubit, quia multum ſupereſt; et quod citius etiam, quam par eſt, propterea quod venter venis, venae reliquis omnibus animalis partibus rapi, quod nondum confectum eſt, permittunt; quod adeo non facerent, ſi id exiguum eſſet, quod ipſae haberent: demonſtratum eſt enim, partes ipſas ex alimento primum ſua portione frui, mox caeteris transmittere. Ergo ultima praecipuaque noxae cauſa eſt iis, qui ſic ſunt affecti, quod, quae in corporea animalis mole habentur partes, ubi multum ſemicoctumque attraxerunt nutrimentum,

ὄγκον τοῦ ζώου μόρια πλῆθος οὐκ ὀλίγον ἐξ αὐτῆς ἀπογεννᾷν περιττωμάτων. οὐδὲ γὰρ πέττειν αὐτὴν ἅπασαν ὁμοίως τῇ χρηστῇ δυνατὸν αὐτοῖς, οὔτε προσφύειν, οὐθ᾽ ὁμοιοῦν, ἀλλ᾽ ἀτυχεῖν ἐν ἑκάστῳ τῶν οἰκείων ἔργων ἐπὶ τῇ μοχθηρᾷ τε ἅμα καὶ πολλῇ τροφῇ. ὅμοιον γάρ τι συμβαίνειν αὐτοῖς ἀναγκαῖον, οἷόν τι καὶ αὐτῇ τῇ γαστρὶ [137] προσενεγκαμένῃ σιτία πολλὰ κακῶς παρεσκευασμένα. λέγω δὲ παρεσκευάσθαι κακῶς, ὅσα δεόμενά τινος ἑψήσεως ἢ ὀπτήσεως οὐκ ἀπέλαυσε τελέως αὐτῆς. ἄρτον οὖν ἐλλιπῶς ὠπτημένον ἢ κρέας ἢ ὄσπριον ἀτελῶς ἑψημένον ἀδύνατόν ἐστι πεφθῆναι χρηστῶς ἐν γαστρί. τὸν αὐτὸν δὲ λόγον ἔχει τὰ κατὰ τὴν γαστέρα μοχθηρῶς κατεργασθέντα πρὸς τὴν δευτέραν τὴν ἐν φλεψὶ πέψιν, ὃν τὰ φαῦλα παρασκευασθέντα σιτία πρὸς τὴν ἐν τῇ γαστρί. καὶ μέντοι τὰ κατὰ τὰς φλέβας οὐκ ὀρθῶς πεφθέντα τὸν αὐτὸν ἔχει λόγον ὡς πρὸς τὴν ἐν σαρκὶ πέψιν, ὃν εἶχεν τὰ μὲν σιτία πρὸς τὴν ἐν τῇ γαστρὶ, τὰ δ᾽ ἐκ ταύτης ἀναδιδόμενα πρὸς τὴν ἐν ταῖς φλεψίν.

non parvam excrementorum vim ex ea re congerunt, quum neque perinde, ac si bonum esset, concoquere id omne valeant, neque etiam, ut corpori adhaereat et assimiletur, efficere; imo parum prospere singulas functiones obire post vitiosum multumque nutrimentum par est. Similiter enim his evenire necesse est, ut ventri, quum abundantia male praeparati cibi est refertus. Male praeparata voco, quae elixari torrerive quum debeant, justum in his finem non sunt consequuta. Ergo sive panis non satis est coctus, sive caro legumenve intra modum elixum, fieri nequit, ut haec venter probe concoquat. Eadem vero ratione se habent et quae in ventre male sunt confecta ad secundam concoctionem, quae agitur in venis, qua male praeparati cibi ad concoctionem, quae est in ventre. Quin etiam, quae in venis male sunt concocta, sic se habent ad concoctionem, quae agitur in carne, quemadmodum se habebant cibi ad eam, quae est in ventre, et quae ex hoc subeuntia ad eam, quae est in venis.

οὔτ' οὖν ἡ γαστὴρ ἀκριβῶς πέττει τὰ ἔξωθεν, οὔθ' αἱ φλέβες τὰ ἐκ τῆς γαστρὸς, οὔθ' αἱ σάρκες τὰ ἐκ τῶν φλεβῶν, ὅταν μὴ καλῶς ᾖ προκατειργασμένα· κἂν τούτῳ πλῆθος ἀναγκαῖόν ἐστιν ἐν σώματι γεννᾶσθαι περιττωμάτων. ἐμοὶ μὲν οὖν εἴρηται τὸ σύμπαν, ὡς ἐν βραχυτάτῳ διελθεῖν· εἰ δέ τις ἑκάστου τῶν εἰρημένων εἰς τὴν ἀπόδειξιν ἐπιστήμην ἀκριβῆ λαβεῖν βούλεται, τούτῳ τὰ περὶ τῶν φυσικῶν δυνάμεων ἀναγνωστέον ἐστὶν, ἐν οἷς ἀποδέδεικται, πρῶτον μὲν, ὡς ἡ γαστὴρ ἑαυτῆς ἕνεκα λαμβάνει τὴν τροφὴν, ἵνα ἀπολαύσῃ τε καὶ ἀναπληρώσῃ τὸ ἐλλεῖπον ἑαυτῇ, καὶ διὰ τοῦτο περιπτύσσεται πανταχόθεν αὐτῇ, καὶ κατέχει σύμπασαν, ἄχρι περ ἂν ἱκανῶς κορεσθῇ· δεύτερον καὶ ὡς, ἐπειδὰν μηκέτι δέηται τοῦ τρέφεσθαι, τότ' ἀνοίγνυσι μὲν τὸν πυλωρὸν, ἐκθλίβει δὲ καὶ ὠθεῖ κάτω τὰ περιττὰ τῶν σιτίων, οἷον ἄχθος ἀλλότριον· εἶθ' ὡς ἐν τῇ διὰ τῶν ἐντέρων ὁδῷ, καὶ μάλιστα τῶν λεπτῶν, ἀναρπάζουσιν αἱ καθήκουσαι φλέβες τὴν τροφὴν, ἐκ τῆς πρὸς τὴν κοιλίαν ὁμιλίας ἠλλοιωμένην τε καὶ ἐπιτηδειοτέραν τῷ ζώῳ γεγενημένην· εἶτα καὶ κατὰ τὰς

Ergo nec venter externa, quae fumpfit, exacte concoquit, nec venae haec, quae a ventre excipiunt, fed nec carnes, quae ex venis, ubi probe ante non funt confecta. Atque interim excrementi copiam in corpore provenire eft neceffe. Ac rem quidem omnem, ut breviffime licuit, jam diximus. Quod fi quis dictorum cujusque certam ex demonftratione fcientiam cepiffe velit, is librum De naturalibus facultatibus legat, in quo primum illud liquido demonftratum eft, ventrem fua ipfius caufa nutrimentum fufcipere, ut eo tum fruatur, tum quod fibi deeft suppleat, eoque amplecti id undique, ac retinere totum, quoad fe fatiaverit; fecundo illud, eundem, ubi ali praeterea non defiderat, pylorum recludere, ac quod ciborum fuperfuit exprimere, e peffumque ceu alienum onus trudere; deinde, quod in ipfo tranfitu per inteftina ac potiffimum tenuia venae, quae huc pertinent, alimentum ad fe rapiunt, quod ex mora, quam in ventre habuit, et alteratum et animali magis idoneum eft effectum; mox in ipfis

φλέβας ἐξ ἄλλης εἰς ἄλλην διαδίδοται τὸν ὅμοιον τρόπον, ὃν ἐκ τῆς γαστρὸς εἰς τὰς φλέβας· ἐντεῦθεν δ' ἤδη κατειργασμένη τέλεον εἰς ἕκαστον ἕλκεται τῶν τοῦ ζώου μορίων, ἵνα πέττεται τὴν τρίτην πέψιν ὁμοιοῦταί τε τῷ τρεφομένῳ. ταῦτ' οὖν ὅστις ἐξ ἐκείνων ἀναλέξεται τῶν γραμμάτων, οὐκέτ' ἀπορήσει τὴν αἰτίαν, δι' ἣν πολλοὶ κενωθέντες τὴν ἕξιν, εἰ μὴ μετρίως ἀνατρέφοιντο αὖ, πολλὰ περιττώματα καθ' ὅλην αὐτὴν ἀθροίζουσι, καὶ νοσοῦσιν ἐξ αὐτῶν οὐκ εἰς μακρόν.

venis quoque ab alia in aliam traditur ad eundem modum, quo ex ventre in venas; hinc vero jam plane confectum in fingulas pertrahitur animalis partes, ubi tertiam concoctionem nactum alendo corpori affimilatur. Haec fi quis ex illo libro colligat, nihil eft quod caufam amplius requirat, cur multi, habitu corporis exinanito, nifi fenfim renutriantur, plurimum excrementorum in toto eo congerant, atque ex his non leviter aegrotent.

ΓΑΛΗΝΟΥ ΥΓΙΕΙΝΩΝ ΛΟΓΟΣ Ε.

Ed. Chart. VI. [138.] Ed. Bas. IV. (265.)

Κεφ. α'. Πέμπτον ἐνιστάμενος λόγον ὑπὲρ τῆς ὑγιεινῆς πραγματείας, παραμυθήσασθαι βούλομαι πρότερον, εἴ τινες ἄρα δυσχεραίνουσι τῷ μήκει τῆς διδασκαλίας. οὐ γὰρ ἡμέτερον ἔγκλημα τοῦτό ἐστιν, ἀλλὰ τῆς φύσεως αὐτοῦ τοῦ προκειμένου πράγματος ἴδιον. εἰ μὲν γὰρ οἷόν τ' ἐστὶν, μακρὰν θεωρίαν ἐν βραχέσι διελθόντα μηδὲν τῶν χρησίμων παραλιπεῖν, ἡμεῖς ἁμαρτάνομεν, οὐκ ἀνάγκῃ μηκύνοντες· εἰ δ' οὐκ ἐγχωρεῖ σαφέστερόν τε ἅμα καὶ θᾶττον ὑπὲρ τῶν αὐτῶν εἰπεῖν, οὐχ ἡμῖν μέμφεσθαι προσῆκεν, ἀλλὰ τοῖς

GALENI DE SANITATE TVENDA LIBER QVINTVS.

Cap. I. Quintum de sanitate tuenda librum ingrediens, si qui forte erunt, qui prolixitate operis nostri gravabuntur, hos primum solari volo. Non enim nostra id culpa evenit, sed propositae rei natura. Si enim fieri potest, ut, qui brevibus longam contemplationem absolvit, nihil necessarium omittat, fateor errorem meum, ceu nulla necessitate ambages sequutus sim. Sin clarius simul breviusque differi de iisdem non potest, nemo nos merito accuset, sed ipsos potius, qui eorum, quae necessa-

παραλιποῦσιν οὐκ ὀλίγα τῶν ἀναγκαίων. ἔστι δ' ἐν τοῖς ἀναγκαιοτάτοις τε ἅμα καὶ οἷον στοιχεῖον ἁπάσης τῆς ὑγιεινῆς πραγματείας, ὡς πάμπολλαι φύσεις τῶν ἀνθρώπων εἰσὶν, ὥσπερ ὡμολόγηται μὲν ἅπασιν ἰατροῖς τε καὶ γυμνασταῖς. οὕτω δὲ γράφουσιν οἱ πλείους αὐτῶν ὑπὲρ τῆς ὑγιεινῆς ἀγωγῆς, ὡς ὑπὲρ ἑνὸς ἀνθρώπου διαλεγόμενοι, καὶ ταῦτα μηδὲν ἐπιδειξάμενοι κἂν ἕνα τινὰ πρὸς αὐτῶν ὠφεληθέντα, καίτοι γ' οὐδ' ἕνα δίκαιον ἦν, ἀλλὰ παμπόλλους ἐπιδείξαντας, ἔμπροσθεν μὲν νοσοῦντας συνεχῶς, ὕστερον δ' ἀνόσους ἔτεσι παμπόλλοις ὑφ' ἑαυτῶν διαφυλαχθέντας, οὕτως ἐπιχειρεῖν γράφειν. ἀλλ' ἡμεῖς γε τοῖς ἔργοις αὐτοῖς ἐπεδείξαμεν τοῦτο, καὶ τοὺς ἔμπροσθεν συνεχῶς νοσοῦντας ἀνόσους φυλάξαντες ἐκ τοῦ πεισθῆναι τοῖς ὑγιεινοῖς παραγγέλμασιν, οὕτως ἐπεχειρήσαμεν ὑπὲρ αὐτῶν γράφειν. ἐνίους μὲν γὰρ ὅλως ἐκωλύσαμεν γυμνάζεσθαι, ταῦτα δὴ τὰκ τῶν ἐπιτηδευμάτων γυμνάσια, μόναις ταῖς κατὰ τὸν βίον ἐνεργείαις ἀρκεῖσθαι βουλεύσαντες· ἐνίους δὲ τοῦ πλήθους ἀφελεῖν τῶν γυμνασίων ἐκελεύσαμεν, ὡς εἰς ἐλάχι-

ria ſunt, non pauca praetereunt. Eſt vero illud ſimul ex maxime neceſſariis, ſimul veluti elementum totius artis, quae valetudinem tuetur, quod numeroſae hominum ſunt naturae, prout in confeſſo eſt omnibus tum medicis, tum gymnaſtis. Quorum tamen plurimi ita de valetudine tuenda ſcribunt, quaſi de uno homine agant, idque ne uno quidem oſtenſo, quem prius juverint; quamquam non unum, ſed multos, quos morbis prius aſſiduis implicatos ipſi poſtea multis annis in ſanitate ſua opera ſervaſſent, indicaſſe, ac ſic ad ſcribendum acceſſiſſe par erat. At nos ipſis rerum effectis id oſtendimus, et iis, qui prius aſſiduis premebantur morbis, inde adeo quod ſanitatis praeceptis paruiſſent, in omni integritate ſervatis, ſic demum de ipſis ſcribere ſumus aggreſſi. Quippe alios exercitari in totum vetuimus, iſtis videlicet exercendi corporis cauſa ſuſceptis, ac ſolis vitae actionibus contentos eſſe ſuaſimus; aliis de multitudine exercitationum demere aliquid juſſimus, ut totum ad minimum contrahe-

στον συστεῖλαι τὸ πᾶν· ἐνίους δὲ τὰς ποιότητας ὑπαλλάξαι μόνας, ἢ [139] τὴν τάξιν, ἢ τὸν καιρόν· ἐνίους δὲ τὴν σύμπασαν αὐτῶν ἰδέαν μεταβαλεῖν. ὡσαύτως δὲ καὶ περὶ λουτρῶν ὑποθήκας δόντες, ὡς ἤτοι μὴ λούεσθαι παντάπασιν, ἢ πλείω τῶν ἔμπροσθεν, ἢ ἐλάττω, καὶ πρὸ τροφῆς μόνον, ἢ καὶ μετὰ τροφὴν, ἢ θερμοτέροις τῶν πρόσθεν, ἢ χλιαρωτέροις ὕδασιν, ἢ ψυχροτέροις, παντάπασιν ἀνόσους ἐφυλάξαμεν ἔτεσι παμπόλλοις. ἀλλ' οὐκ ἂν τούτων οὐδὲν ἐποιήσαμεν, εἰ μή(266)τε δὴ τὰς φυσικὰς τῶν σωμάτων διαφορὰς ἠπιστάμεθα, μήτε τὴν ἑκάστῳ προσήκουσαν ὑγιεινὴν δίαιταν. ἔνιοι δὲ τῶν ὑγιεινὰ συγγράμματα γραφόντων ἢ καὶ χωρὶς γραμμάτων ὑποθήκας διδόντων οὐδὲ σφᾶς αὐτοὺς ἀνόσους ἠδυνήθησαν φυλάξαι, κἄπειθ', ὅταν ἐπισκώπτωνται πρός τινων, ἄλλα τέ τινα λεγόντων πρὸς αὐτοὺς, καὶ προσφερομένων ἐκεῖνο τὸ ἔπος,

Ἄλλων ἰατρὸς αὐτὸς ἕλκεσι βρύων,

οἱ μὲν εἰς ἀσχολίας δή τινας ἀναφέρουσι τὴν αἰτίαν, οἱ δὲ καὶ δι' ἀκολασίαν ὁμολογοῦσι νοσεῖν. ἀλλὰ τούτοις μὲν ἡ

retur; aliis qualitatem tantum, aut ordinem, aut tempus; aliis universam earum mutare speciem injunximus. Aeque vero de balneis praecipientes, utique quod aut omnino his supersedendum esset, aut saepius quam ante utendum, aut rarius, aut ante cibum tantum, aut etiam post cibum, aut calidioribus quam ante, aut magis tepidis, aut frigidioribus, prorsus omnis morbi expertes multis annis reddidimus. At nihil horum facere licuisset, si neque naturales corporum differentias compertas habuissem, neque debitam cuique salubrem victus rationem. Nonnulli vero ex iis, qui de sanitate tuenda literis produnt, aut etiam sine scriptis de ea praecipiunt, ne se ipsos quidem defendere a morbis perpetuo potuerunt. Itaque quum a cavillantibus tum alia quaedam, tum vero versus ille objicitur,

Aliis medens, at ipse ulceribus scatens,

alii id negotiis imputant, alii ob intemperantiam se aegrotare fatentur. Sed horum magis improba, me judice,

Ed. Chart. VI. [139.] Ed. Baſ. IV. (266.)

ἀπολογία πολὺ χείρων ἐστὶ τῆς κατηγορίας, ἐμοὶ γοῦν κριτῇ. τοῖς δ' εἰς τὰ κατὰ τὸν βίον αὐτοῖς συμπίπτοντα τὴν αἰτίαν ἀναφέρουσιν, εἰ μὲν ἐφήμερόν τινα πυρετὸν πυρέξειαν ἐπ' ἐγκαύσει, καὶ ψύξει, καὶ κόπῳ, καί τισιν ἑτέροις τοιούτοις αἰτίοις, ἀφίστασθαι χρὴ τῶν ἐγκλημάτων, εἰ δέ τινα τῶν ἄλλων, οὐκ ἀφίστασθαι. οὐδὲ γὰρ ἡμεῖς τὸ πάμπαν ἀπύρετοι διεμείναμεν, ἀλλὰ διὰ κόπους δή τινας ἐπυρέξαμεν, ἁπάντων τῶν ἄλλων νοσημάτων ἀπαθεῖς διατελοῦντες ἐτῶν ἤδη παμπόλλων, καὶ μέντοι καὶ πληγέντες τινὰ μέρη τοῦ σώματος, ἐφ' οἷς ἕτεροι φλεγμοναῖς τε ἅμα καὶ βουβῶσιν ἁλόντες ἐπύρεξαν, οὔτε βουβῶνα ἔσχομεν, οὔτε ἐπυρέξαμεν, οὐκ ἄλλοθέν ποθεν, ἢ ἐκ τῆς ὑγιεινῆς θεωρίας, τῶν τηλικούτων ἐπιτυχόντες, καὶ ταῦτα μήτε κατασκευῆς σώματος ὑγιεινῆς εὐτυχήσαντες ἐξ ἀρχῆς, μήτε βίον ἀκριβῶς ἐλεύθερον ἔχοντες, ἀλλὰ καὶ ταῖς τῆς τέχνης ὑπηρεσίαις δουλεύοντες, καὶ φίλοις, καὶ συγγενέσι, καὶ πολίταις ὑπουργοῦντες εἰς πολλὰ, καὶ τῶν νυκτῶν τὸ πλεῖστον ἀγρυπνοῦντες, ἐνίοτε μὲν ἀῤῥώστων ἕνεκα, διαπαντὸς δὲ τῶν ἐν παιδείᾳ

defenſio eſt, quam ipſum quod objicitur crimen. Qui vero iis, quae in vita incidunt, cauſam tribuunt, ſiquidem diaria febri laborant ex aeſtu, frigoribus, laſſitudine, aliisque id genus occaſionibus, hos vindicare a culpa decet, ſin alia qualibet, minime. Quippe nec ipſi omnino ſine febri exegimus, imo ex laſſitudine nonnunquam febricitavimus, nullum alias morbum multis jam annis experti. Quin etiam percuſſus certis corporis partibus, unde alii phlegmonis bubonibusque contractis febricitarunt, ipſe nunquam phlegmonen bubonemve ſenſi, nec febri laboravi, non aliunde certe quam ex ſervandae ſanitatis arte tanta commoda conſequutus, quum alioqui nec ſalubrem corporis ſtatum ab ortu ipſo ſim nactus, nec vitam plane liberam ſortitus, ſed in qua tum artis officiis ſervierim, tum amicis, cognatis et civibus in pluribus inſervierim, tum plurimam noctium partem, nonnunquam aegrotantium ipſorum cauſa, ſemper autem

καλῶν. ἀλλ' ὅμως οὐκ ἐνοσήσαμεν οὐδὲν νόσημα τῶν ἐκ τοῦ σώματος ὁρμωμένων ἐτῶν ἤδη παμπόλλων, ὅτι μὴ, καθάπερ ἔφην, ἐφήμερόν ποτε πυρετὸν ἐν τῷ σπανιωτάτῳ διὰ κόπον γενόμενον. καίτοι κατά γε τὴν τῶν παίδων ἡλικίαν καὶ προσέτι τῶν ἐφήβων τε καὶ μειρακίων οὐκ ὀλίγαις οὐδὲ μικραῖς ἑάλωμεν νόσοις. ἀλλὰ μετά γε τὸ εἰκοστὸν ὄγδοον ἔτος ἀπὸ γενετῆς, ἐμαυτὸν πείσας, ὡς ἔστι τις ὑγιεινὴ τέχνη, τοῖς προστάγμασιν αὐτῆς ἠκολούθησα παρ' ὅλον τὸν ἑξῆς βίον, ὡς μηκέτι νοσῆσαι νόσημα μηδὲν, ὅτι μὴ σπάνιόν που πυρετὸν ἐφήμερον. ἔστι δὲ δήπου καὶ τοῦτον αὐτὸν φυλάξασθαι τελέως, ἐλεύθερον βίον ἑλόμενον, ὡς ἔν τε τοῖς ἔμπροσθεν ἤδη γέγονε δῆλον, ἔτι τε μᾶλλον ἔσται σαφὲς ἐν τοῖς ἐφεξῆς εἰρησομένοις, εἰ θέλει τις προσέχειν τὸν νοῦν. ἐγὼ γάρ φημι, μηδὲ βουβῶνα δύνασθαι γενέσθαι τοῖς ἀκριβῶς παρεσκευασμένοις εἰς ὑγίειαν, εἴγ' ἀπέριττον αὐτοῖς ἐστι τὸ σῶμα τοῦ γένους τῶν περιττωμάτων ἑκατέρου, τοῦ τε κατὰ τὸ ποσὸν καὶ τοῦ κατὰ τὸ ποιόν.

dulcedinis ſludiorum gratia pervigilaverim; nec tamen ullo ſenſi me eorum, qui e corpore originem ducunt, morbo tentatum multis jam annis, excepta (ut dixi) diaria quandoque febri, quae tamen et rariſſime, nec niſi ex laſſitudine incidit; quamvis in puerili aetate atque etiam in pubertate, tum adoleſcentia, morbis nec paucis, neque his levibus premerer. Sed poſt octavum et vigeſimum annum, quum perſuaſiſſem mihi, eſſe quandam tuendae ſanitatis artem, praeceptis ejus per totam deinceps vitam parui ita, ut nec omnino morbo poſt laborarim, niſi forte (quae tamen rarius incidit) diaria febri, quum alioqui liceat hanc quoque in totum effugere, ſi quis liberam vitam ſit nactus, velati in ſuperioribus jam oſtendi, fietque, ſi quis animum advertat, etiam clarius in iis, quae mox dicam. Illud enim affirmare auſim, ne bubone quidem laboraturos eos, qui praeparati ad ſanitatem ad unguem ſint, ſi modo eorum corpus ab utroque excrementorum genere vacet, et eo, quod in quantitate

πρὸς μὲν δὴ τοὺς νῦν ἐπαγγελλομένους ἢ λέγειν ἢ γράφειν ὑγιεινὰ παραγγέλματα καὶ ταῦθ᾽ ἱκανά· πρὸς δὲ τοὺς ἔμπροσθεν, ὑπὲρ ὧν οὔτε ἐκ τῆς τῶν ἄλλων ἱστορίας ἠκούσαμεν, ὡς ἤτοι σφᾶς αὐτοὺς ἀνόσους διεφύλαξαν, ἢ τοὺς πεισθησομένους αὐτοῖς, οὔτ᾽ ἐτόλμησαν ἐν τοῖς συγγράμμασιν ἀλαζονεύεσθαί τι τοιοῦτον, οὐδ᾽ ἀντιλέγειν ἀνάγκη, ἀλλὰ θαυμάζειν μόνον, εἴ τινες αὐτῶν ἐνὶ βιβλίῳ τὴν ὑγιεινὴν ἅπασαν θεωρίαν ἐπηγγείλαντο περιλαβεῖν, οἱ μὰ Δί᾽ οὕτω γράφοντες ὑπὲρ αὐτῆς, ὡς Ἱπποκράτης, [140] ἐν τοῖς πρώτοις τε καὶ γενικωτάτοις κεφαλαίοις ἐνδεικνύμενος τὴν μέθοδον, ἀλλ᾽ ἐξεργαζόμενοι πᾶν ἀκριβῶς, ὥσπερ ἡμεῖς. ἡ μὲν δὴ τοῦ μήκους τῶν λόγων αἰτία καὶ δὴ λέλεκται. χρὴ δ᾽, ὅστις ἐστὶ φιλόκαλός τε ἅμα καὶ φιλόπονος ἐπὶ τοῖς ἀρίστοις, οὐ πρὸς τὸ μῆκος ἀπαγορεύειν τῆς ὑγιεινῆς τέχνης, ἀλλὰ τοῦ μεγέθους ἄγασθαι τῶν ἐπαγγελμάτων αὐτῆς. πῶς γὰρ οὐ μεγάλα καὶ θαυμαστὰ τῆς τέχνης ταῦτ᾽ ἐστιν ἔργα, γηράσαντα μέχρι πλεί-

consistit, et eo, quod in qualitate. Atque ad eos quidem, qui nunc sanitatis tuendae praecepta dicto scriptove profitentur, vel haec satis arbitror. Prioribus vero, quosque nec se ipsos extra morbum perpetuo, nec eos, qui ipsis paruissent, servasse, aut aliorum relatu audivimus, aut ipsos in scriptis suis tale quippiam jactare ausos, ne contradicendum quidem censeo. Mirandum certe potius arbitror, si qui eorum universam sanitatis tuendae artem uno libro complexi sunt, polliciti praesertim, non (sicut Hippocrates) in primis et summis capitibus methodum indicantes, sed, sicut ipsi fecimus, omnia cumulate pertractantes. Ac prolixitatis quidem sermonum nostrorum causa jam dicta est. Quisquis autem honesti probique studiosus est, ac pro iis quae optima sunt deligens, hunc decet non tam artis hujus longitudine gravari, quam magnitudinem eorum, quae promittit, suspicere. Num qui, quaeso, non magna illa mirandaque artis opera sunt, si cui non ab ipso ortu imbecillum corpus fuit,

στου, ταῖς αἰσθήσεσιν ἀπαθῶς ὑγιαίνοντα διὰ πάντων φυλάξαι ἄνοσον, ἀνώδυνον, ὁλόκληρον, εἴ γε μὴ παντάπασιν ἐξ ἀρχῆς νοσώδης εἴη τετυχηκὼς, σῶμα; ἀλλ' ἐγὼ καὶ πάνυ μοι δοκῶ τινας ὑγιεινοὺς φύσει τεθεᾶσθαι παμπόλλαις νόσοις ἁλισκομένους, καὶ τελευτῶντας δὲ κατά γε τὸ γῆρας ἀνιάτοις περιπεσεῖν πάθεσιν, οὓς ἐνῆν, ὅσον ἐπὶ τῇ φυσικῇ τοῦ σώματος ἕξει, ταῖς τ' αἰσθήσεσιν ἁπάσαις ἀπηράτους διατελέσαι μέχρι γήρως ἐσχάτου καὶ τοῖς ἄλλοις ἅπασι μορίοις τοῦ σώματος ὑγιαίνοντας. πῶς οὖν οὐκ αἰσχρόν ἐστιν, ἀρίστης φύσεως τυχόντα βαστάζεσθαι μὲν ὑπ' ἄλλων διὰ ποδάγραν, κατατήκεσθαι δὲ ταῖς ὀδύναις λιθιῶντα, καὶ τὸ κῶλον ἀλγοῦντα, καὶ κατὰ κύστιν ἕλκος ἐκ κακοχυμίας ἔχοντα; πῶς δ' οὐκ αἰσχρόν ἐστι, διὰ τὴν θαυμαστὴν ἀρθρῖτιν ἀδυνατοῦντα χρῆσθαι ταῖς ἑαυτοῦ χερσὶν, ἑτέρου δεῖσθαι τοῦ προσφέροντος τὴν τροφὴν τῷ στόματι, καὶ τοῦ τὴν ἕδραν ἀπονίζοντος ἐν τοῖς ἀποπάτοις; ἄμεινον γὰρ, ὅστις μὴ παντάπασιν εἴη μαλακὸς, ἑλέσθαι μυριάκις τεθνάναι, πρὶν τοιοῦτον ὑπομεῖναι βίον.

hunc et ad plurimam perduxiffe fenectutem, et fenfibus illaefis, ab omni prorfus morbo doloreque alienum atque integrum perpetuo fervaffe? Ego vero etiam nonnullos, quibus falubre admodum firmumque natura corpus erat, vidiffe mihi videor permultis morbis afflictos, ac poftremo immedicabilibus malis in fenectute faltem oppreffos; quos tamen fas erat, quod ex naturali habitu fuit, tum fenfibus omnibus illaefos, tum reliquis corporis partibus fanos ad ultimam usque duraffe fenectutem. Quonam igitur pacto turpe non fit, qui optima natura fit praeditus, hunc ob podagram ab aliis geftari, aut calculo jam cruciatum, et colo, et ulcere in vefica ex cibis mali fucci contracto, doloribus contabefcere? Quomodo rurfus non turpe fit, propter deteftandum articularem morbum fuis ipfius manibus uti non valentem, alienis egere, quibus ori cibos admoveat, et eo, qui fedem abftergat in dejectionibus? Satius enim fit, fi cui ullum omnino pectus eft, fexcenties malle mori, quam tali vita vivere. Quod

εἰ δὲ δὴ καὶ τοῦ καθ᾽ αὑτὸν αἴσχους τις ὑπερορᾷ δι᾽ ἀναισχυντίαν τε καὶ μαλακίαν, ἀλλὰ τῶν γε πόνων οὐκ ἐχρῆν ὑπερορᾷν, οὓς νύκτωρ τε καὶ μεθ᾽ ἡμέραν ἔχουσιν, ὥσπερ ὑπὸ δημίων στρεβλούμενοι τῶν παθῶν. καίτοι τούτων ἁπάντων ἢ ἀκολασίαν, ἢ ἄγνοιαν, ἢ ἀμφοτέρας ἀναγκαῖον αἰτιᾶσθαι. ἀλλὰ τὴν μὲν ἀκολασίαν οὐκ ἦν καιρὸς ἐπανορθοῦσθαι· τὴν δ᾽ ἄγνοιαν ὧν χρὴ ποιεῖσθαι ἐλπίζω διὰ τῆσδε τῆς πραγματείας ἰάσασθαι, καθ᾽ ἑκάστην φύσιν σώματος ἰδίαν ὑγιεινὴν ἀγωγὴν θέμενος.

Κεφ. β΄. Ἄρξασθαι δέ μοί που δίκαιον ἂν ἦν ἀπὸ τῆς ἀρίστης, ἧς ὁ σκοπός ἐστιν οὐκ ἐπανόρθωσις, ἀλλὰ φυλακὴ τῶν ὑπαρχόντων, ὅπερ ἡμεῖς ἐποιήσαμεν, εἰπόντες ὑπὲρ αὐτῆς ἄχρι δεῦρο, καθ᾽ ἑκάστην τῶν ἡλικιῶν, πλὴν τῆς παρακμαστικῆς καλουμένης, ἧς τὸ τελευταῖον μέρος ἰδίως ὀνομάζεται γῆρας, ἔχοντός τινα καὶ τούτου τομὴν ἰδίαν, ὡς ὕστερον εἰρήσεται κατ᾽ ἐκεῖνο τοῦ λόγου τὸ μέρος, ἔνθα τὸ καλούμενον τῆς τέχνης γηροκομικὸν μέρος εἰς διδασκαλίαν ἄξομεν. ἀλλὰ νῦν γε τὰ κυριώτατα τῶν εἰρη-

ſi quis tam impudens ſimul delicatusque eſt, ut turpitudinem ſuam negligat, at dolores, quos noctes diesque ex vitiis ſuis ſuſtinet, non aliter quam qui a carnificibus torquentur, certe contemnendi non ſunt; tametſi certe haec omnia vel intemperantiae, vel ignorantiae, vel utrique imputent oportet. Verum intemperantiae corrigendae hic locus non eſt. Ignorationi vero eorum, quae agenda ſunt, hoc opere, ut ſpero, medebimur, ſcilicet pro quavis corporum natura propria ſanitatis tuendae ratione appoſita.

Cap. II. Initium vero mihi ab optima natura juſtum erat, ad cujus curationem omne conſilium dirigitur, non eo, ut corrigatur, ſed ut in ſtatu ſuo ſervetur. Id quod ipſi hactenus fecimus, qui de ea hucusque per ſingulas aetates praeter inclinantem egimus, cujus extrema pars ſenium proprie dicitur, ipſum quoque in ſuas partes diductum, ut poſt dicemus, ubi ea pars artis tradetur, quae de ſenibus curandis agit. Verum nunc ſaltem prae-

μένων ἀναλαβόντες ἐπὶ τὰς μοχθηρὰς φύσεις τῶν σωμάτων μεταβησόμεθα, δεικνύντες, ὅπως ἑκάστην αὐτῶν ἐν ὑγείᾳ μάλιστα φυλακτέον ἐστίν. τὸ τοίνυν ἄριστον σῶμα σκοποὺς ἔχει κατὰ μὲν τὰς ποσότητάς τε καὶ ποιότητας καὶ δυνάμεις, ἐν μὲν τοῖς γυμνασίοις τὰ μέτριά τε καὶ σύμμετρα προσαγορευόμενα, μετὰ τοῦ πᾶσιν ὁμοτίμως τοῖς μορίοις τοῦ σώματος προσάγεσθαι, φυλαττομένων ἡμῶν ἅπασαν ὑπερβολὴν, εἰ δέ ποθ' ἁμαρτηθείη, καθ' ὁτιοῦν τῶν εἰρημένων ἐπανορθούντων τὸ σφάλμα. κατὰ δὲ τὴν τῶν ἐσθιομένων τε καὶ πινομένων φύσιν ἐν ποσότητι καὶ ποιότητι καὶ δυνάμει σκοπὸς πάλιν ἐστὶν κἀνταῦθα τὸ σύμμετρον, ὡς μήτε πλείω, [141] μήτ' ἐλάττω λαμβάνειν, ἀλλ' ἢ ὅσα πεφθέντα, καὶ ἀναδοθέντα, καὶ θρέψαντα τὸ σῶμα καλῶς, εἰ δέοι καὶ τοῖς ἔτι αὐξομένοις τι προστεθῆναι σύμμετρον, οὐδὲν ἐάσειν περιττὸν οὐδ' ἐνδεές. οὕτω δὲ καὶ κατὰ τοὺς ὕπνους τε καὶ τὰς ἐγρηγόρσεις, καὶ τὰ λουτρὰ, καὶ τὰς τῆς ψυχῆς ἐνεργείας, ὅσα τ' ἄλλα τοιαῦτα, τὴν συμμετρίαν δηλονότι προσήκει φυλάττειν, εἰ δέ ποθ' ἁμάρτοι

cipuis eorum, quae dicta funt, repetitis, ad vitiofas corporum naturas tranfibimus ac, quemadmodum cujusque earum fervari valetudo poffit, trademus. Ergo optimum corpus fcopos habet ad fui cuftodiam in qualitate, quantitate et facultate, in exercitationibus, quae moderatae mediocresque funt, quaeque fingulis corporis partibus aequabiliter fint adhibitae, idque omni vitato exceffu, aut, ficubi in quoquam dictorum fit erratum, errore correcto. In edendorum vero bibendorumque natura fimiliter in qualitate, quantitate et facultate hic quoque fcopus efto ipfa mediocritas, ut nec plura, nec pauciora capiat, quam quae, ubi concocta diftributaque in corpus fint, idem bene nutriant, ac fi opus fit crefcentibus adhuc mediocre quippiam adjicere, nihil relinquant, quod vel fupervacuum fit, vel deficiens. Ad eundem modum in fomno, vigiliis, balneis, animi actionibus et aliis id genus medium omnis exceffus fervari debebit; quod fi

τις καθ' ὁτιοῦν τῶν εἰρημένων, ἐπανορθοῦσθαι τὸ σφάλμα. κοινὸς δ' ἔστω σοι σκοπὸς ἁπάσης ἐπανορθώσεως ἡ τῆς ἐναντίας ἀμετρίας χρῆσις, εἰ μὲν ἐπὶ πλέον ἐπόνησε τὸ σῶμα τῇ προτεραίᾳ, καθαιροῦντι τὸ πλῆθος τῶν γυ(267)μνασίων, εἰ δ' ἐνδεέστερον, αὐξάνοντι, οὕτω δὲ εἰ καὶ ὀξυτέραις ἐχρήσατο ταῖς κινήσεσιν, ἀνιέντι μετρίως, εἰ δ' ἐκλελυμέναις, ἐπιτείνοντι. κατὰ δὲ τὸν αὐτὸν τρόπον ἐπὶ μὲν τοῖς εὐτονωτέροις τὰ μαλακώτερα γυμνάσια παραλαμβάνων, ἐπὶ δὲ τοῖς ἀτονωτέροις ἰσχυρότερα, καὶ τὰ σφοδρὰ δὲ τοῖς ἀμυδροῖς ἀντεισάγων, καὶ τοῖς σφοδροῖς τἀναντία, καὶ συλλήβδην εἰπεῖν ἁπάσας ἀμετρίας ἐπανορθούμενος, διὰ τῆς ἐναντίας ἀμετρίας ὑγιαίνοντα διαφυλάξαι τὸν ἄνθρωπον. εἰς δὲ τὸ μηδὲν ταῖς ἐπανορθώσεσι σφάλλεσθαι πρῶτον μὲν χρὴ γινώσκειν ἀκριβῶς τὰς διαθέσεις τοῦ σώματος, εἶτα μεμνῆσθαι τῶν ἐν τῇ προτεραίᾳ προγεγενημένων ἁπάντων. αἱ μὲν γὰρ διαθέσεις ἐνδείξονται τὸ πλημμεληθὲν, ἡ μνήμη δὲ τῶν προγεγενημένων, εἰς ὅσον χρὴ μετακινῆσαί τι τῶν συνήθων, ὑπαγορεύσει. κατὰ μὲν δὴ τὰς διαθέσεις αἱ τοιαίδε εἰσὶν ἀμετρίαι, ὡς ἰσχνότερον,

in aliquo fit erratum, corrigendus error eſt. Porro omnis corrigendi erroris communis eſto ſcopus contrarii exceſſus uſurpatio, ita ut, ſi pluſculum pridie fatigatum corpus eſt, demas aliquid exercitationum modo; ſin minus juſto ſe exercitavit, ut exercitii modum augeas. Eodem pacto, ſi concitatiore motu eſt uſum, ut hunc modice remittas; ſin remiſſiore, ut intendas. Simili modo, ſi robuſtior motus praeceſſit, ut pro hoc mitiorem injungas, pro leviore contra, qui valentior ſit, et pro languido vehementem, et pro vehementi contrarium, et uno verbo, ut omnem exceſſum contrario exceſſu corrigens in ſanitate hominem cuſtodias. Ut autem corrigendo non erres, primum corporis affectus ad unguem ſcire oportet, deinde omnium eorum, quae priore die facta videris, meminiſſe. Nam affectus quidem, quod delictum ſit, docebunt, recordatio eorum, quae pridie ſunt acta, quantum tibi a conſuetis recedendum ſit, inſinuat. Atque in affectibus quidem ejusmodi exceſſus videas, quod aut gracilius, aut

ἢ εὐογκότερον, ἢ σκληρότερον, ἢ μαλακώτερον, ἢ ξηρότερον, ἢ ὑγρότερον, ἢ ἀραιότερον, ἢ πυκνότερον ἑαυτοῦ φαίνεσθαι τὸ σῶμα, πρὸς τῷ μὴ κατὰ φύσιν ἀκριβῶς ἀποσώζειν εὔχροιαν. ἡ μνήμη δὲ τῶν προγεγονότων αὐτό τε τὸ ἁμαρτηθὲν ἐνδείξεταί σοι, καὶ διδάξει τὴν ἐπανόρθωσιν ἐκ τοῦ παραβάλλεσθαι τοῖς ἐνεστῶσιν. εἰ μὲν γὰρ ἰσχνότερον τὸ σῶμα φαίνοιτο, σκοπεῖσθαι χρὴ καὶ ἀναμιμνήσκεσθαι, πότερον πλείω τοῦ προσήκοντος ἐπόνησεν, ἢ ὀξυτέραις ἐχρήσατο ταῖς κινήσεσιν, ἢ περὶ τὴν τρίψιν ἐπλεόνασεν, ἢ τὰ λουτρά· καὶ μετὰ ταῦθ' ἑξῆς ἐπισκοπεῖσθαι, πότερον ἐφρόντισεν, ἢ ἠγρύπνησεν, ἢ ἐξέκρινε κατὰ γαστέρα πολὺ πλείω τοῦ προσήκοντος· ἐπισκοπεῖσθαι δὲ καὶ εἰ ὁ οἶκος θερμότερος, ἐν ᾧ διέτριψεν, ἢ ἔφαγεν ἔλαττον, ἢ ἔπιεν, ἢ ἀφροδισίοις ἐχρήσατο πλείοσιν. εἰ δ' ἐν ὄγκῳ μείζονι τὸ σῶμα φαίνοιτο, μὴ τρίψις μαλακὴ, ἢ γυμνάσιον ἔλαττον, ἢ βραδύτερον, ἢ πλείων ὕπνος, ἢ ἐποχὴ γαστρὸς, ἢ σιτίων πλῆθος ἀμέμπτως πεφθέντων. εἰ δὲ σκληρότερον ἑαυτοῦ

obefius, aut durius, aut mollius, aut ficcius, aut humidius, aut rarius, aut denfius corpus, quam ante apparet, cum eo etiam, quod nec naturalem coloris gratiam ad unguem fervat. Memoria vero factorum et quod peccatum eft oftendet, et prout corrigetur ex praefentium collatione docebit. Nam fi gracilius redditum corpus fit, aeftimare oportebit atque ad memoriam revocare, plusne, quam par erat, exercitando fatigatus homo fit, aut concitatiore motu ufus, aut fricando lavandove modum excefferit; ab his mox confiderare, nimiane cogitatione fit ufus, aut nimium vigilaverit, aut per alvum longe plura jufto dejecerit. Expendi etiam debebit, num domus, in qua verfatus fit, calidior fuerit, aut parcius comederit vel biberit, aut veneri liberius indulferit. Sin obefius vifum corpus fit, num frictio mollior, aut exercitium parcius aut tardius, aut fomnus longior, aut venter adftrictus, aut ciborum copia optime concoctorum praecefferit. Si vero durius, quam ante, corpus apparet,

φανείη τὸ σῶμα, τρίψεως ἀναμνησθῆναι χρὴ πρῶτον, εἶτα γυμνασίων εὐτόνων μετ᾽ ἀνταγωνιστοῦ σκληροῦ πιλοῦντος, καὶ πρὸς τούτοις εἰ ἐν κόνει, καὶ ταύτῃ σκληρᾷ καὶ ψυχρᾷ, καὶ εἰ χωρὶς τῆς καλουμένης ἀποθεραπείας· εἶθ᾽ ἑξῆς λουτρῶν, εἰ ψυχρὰ παντάπασιν, ἢ λίαν θερμὰ, καὶ ὁ οἶκος, ἐν ᾧ διέτριψεν ἐγρηγορώς τε καὶ κοιμώμενος, ψυχρός· ἔτι δὲ σιτίων ξηρότητα καὶ πομάτων ἔνδειαν. εἰ δὲ μαλακώτερος ἑαυτοῦ γένοιτο κατὰ τὴν ὑστεραίαν τὸ σῶμα, πρῶτον μὲν ἀναμιμνήσκεσθαι χρὴ τῆς τρίψεως, εἰ μαλακή τε καὶ σὺν λίπει, καὶ λουτροῖς ἀτρέμα καὶ χλιαροῖς ἐγένετο· μετὰ δὲ τὴν τούτων ἐπίσκεψιν, εἰ τὰ γυμνάσια βραδέα καὶ ὀλίγα, καὶ μετὰ τοῦ συμπαλαίοντος ἀμετρώτερον ἁπαλοῦ, κἄπειτα περὶ πόματος, εἰ πλέον, εἶθ᾽ ἑξῆς ἐδεσμάτων, ἢ πλειόνων, ἢ ὑγροτέρων τὴν φύσιν, εἶθ᾽ ὕπνων, εἰ πλείους. ἐγγὺς δὲ τῆς μαλακῆς τοῦ σώματός ἐστι διαθέσεως ἡ ὑγρὰ καλουμένη, πλὴν ὅσον ἡ μὲν μαλακὴ τῶν σωμάτων αὐτῶν ἐστιν οἰκεία ποιότης, [142] ἡ δ᾽ ὑγρὰ τῶν ἐν αὐτοῖς ὑγρῶν. διακρίνεται δ᾽ ἁπτομένων, ἡ μὲν γὰρ ὑγρὰ σὺν

primum frictionum meminiffe oportet, mox exercitationum, an hae robuftae et cum adverfario duro atque premente praecierint; ad haec, an in pulvere, eoque duro ac frigido, et an citra apotherapiam. Dein balnei, an videlicet hoc plane frigidum fuerit, an nimium calens. Praeterea domus, in qua dormiens vigilansve verfatus eft, num frigida; itemque ciborum ficcitatis, et potionis penuriae. Sin mollius, quam prius, poftridie corpus videatur, primum quidem frictionum meminiffe conveniet, an molles et cum pinguedine, et balneis leniter tepidis fint adhibitae. Ab his revocari ad memoriam debebit, an exercitationes tardae et exiguae, cum adverfario immodice molli praeceflerint; dein, an potio uberior fuerit; mox, an cibos plures, aut natura humidiores acceperit; poftremo, an multum dormierit. Proximus molli corporis affectui eft humidus, hoc differens, quod mollis ipforum corporum propria qualitas eft, humidus, qui in eo continentur, humorum. Difcernuntur hi tactu, nam humidus

ἰκμάσιν ἐστὶν, ἡ δὲ μαλακὴ χωρὶς τούτων, ὄντος δὲ δηλονότι καὶ τοῦ μαλακοῦ σώματος ὑγροῦ τοῖς οἰκείοις μορίοις, ἀλλ' ἕνεκα σαφοῦς διδασκαλίας μαλακὸν μὲν τοῦτο καλείσθω, τὸ δ' ἕτερον ὑγρόν. ἡ μὲν οὖν ἀμέτρως ξηρὰ διάθεσις εὐθὺς σκληρύνει τὴν ἕξιν, οὐκ ἐξ ἀνάγκης δὲ μετὰ μαλακότητός ἐστιν ἡ ὑγρά. δύναται μὲν γὰρ ἐσκληρύνθαι μὲν ἡ σὰρξ, ἀναφέρεσθαι δ' ἐκ τοῦ σώματος ἰκμὰς ἢ ἱδρώς. ἐπὶ μὲν οὖν τῶν ὑγροτήτων ἤτοι γ' ἀφροδισίων χρῆσιν ἄκαιρον, ἢ ἀπό τινος ἑτέρας αἰτίας ἀῤῥωστίαν τῆς δυνάμεως ὑποπτευτέον, ἢ ἀραιότητα τοῦ σώματος ἐπὶ μαλακαῖς ἀμέτρως τρίψεσιν, ἢ λουτροῖς πλέοσιν, ἢ ἀέρι τῷ κατὰ τὸν οἶκον, ἐν ᾧ διέτριψε, θερμοτέρῳ παρὰ τὸ δέον. ἐπισκεπτέον δὲ καὶ περὶ πομάτων, εἰ πλέον, ἢ οἶνοι πολλῷ πλείους τῶν κατὰ φύσιν, ἢ εἰ τὸ περιέχον ἀθρόως μετέβαλεν εἰς ὑγρότητά τε καὶ θερμότητα, καὶ περὶ τροφῶν δ' ὡσαύτως. ἐπὶ δὲ τῆς ἁπαλότητος ἢ μαλακότητος, (ἑκάτερον γὰρ ὀνομάζειν ἔθος ἐστὶν,) ὅταν ποτὲ χωρὶς ὑγρότητος ᾖ, πεπέφθαι μὲν τὴν τροφὴν ὀρθῶς, καὶ

affectus cum madore cutis eſt, mollis ſine hoc; quanquam eſt profecto et molle corpus humidum ſuis ipſius partibus. Caeterum pro doctrinae claritate hoc molle vocetur, alterum humidum. Ac ſiccus quidem immodice corporis affectus habitum ſtatim durum reddit; non tamen cum mollitie neceſſario conjunctus eſt humidus affectus, poteſt namque durata caro eſſe, et tamen mador ſudorve e corpore emitti. Atque in humido quidem corporis habitu, vel ex intempeſtivo veneris uſu, vel alia quapiam ex cauſa, de virium imbecillitate ſuſpicio eſt, vel corporis raritate ex immodice molli frictione, vel nimio balnei uſu, vel aëre domus, ubi verſatus eſt, quam par erat, calidiore. Habenda praeterea eſt et de potione conſideratio, an ea uberior fuerit, et de aëre ambiente, num ſe non ſenſim, ſed ſimul totum in humidum calidumque mutaverit, et de cibis pari modo. In teneritudine vero ſive mollitudine, (utroque enim modo dici conſuevit,) quum utique ſine humiditate fuerit, concoctum

Ed. Chart. VI. [142.] Ed. Baf. IV. (267.)

τεθρέφθαι τὸ σῶμα, γεγυμνάσθαι δὲ ἐνδεέστερον. ἔμπαλιν δὲ ἐπὶ τῆς σκληρότητος, ἢ τετρίφθαι σκληρῶς, ἢ γεγυμνάσθαι πλείω μετὰ τοῦ σκληροῦ σώματος ἐν κόνει. ξηρότης δὲ τῆς ἕξεως ἔνδειαν πόματος ἢ τροφῆς, ἢ ἀγρυπνίαν, ἢ μέριμναν βιωτικὴν, ἢ πολλὴν τρῖψιν, ἢ γυμνάσιον ἄμετρον ἐνδείκνυται. ταῦτά τε οὖν βίον σκεπτόμενος, ἐπανορθοῦσθαι ἂν δυνηθείης καθ᾿ ἑκάστην ἡμέραν τὸ σφάλμα, πρὶν αὐξηθὲν δυσίατον γενέσθαι. μέμνησο δ᾿ ἀεὶ τοῦ πᾶσαν ἀμετρίαν εἰς ἐπανόρθωσιν ἄγεσθαι διὰ τῆς ἐναντίας ἀμετρίας. ὁ γάρ τοι σκοπὸς οὗτος ἁπάντων ἐστὶ κοινὸς τῶν παρὰ φύσιν. ὥστε χρὴ προσθέντα σε τῷδε τήν τε τῶν σωμάτων αὐτῶν διάγνωσιν, ὧν προνοεῖσθαι μέλλεις, ἑκάστου τε τῶν βοηθημάτων τὴν δύναμιν, ἁπάσης ἐπιστήμονα τῆς περὶ τὸ σῶμα τέχνης γενέσθαι, καθ᾿ ἣν οὐ μόνον τοὺς ὑγιαίνοντας ἐν ὑγείᾳ διαφυλάξεις, ἀλλὰ καὶ τοῖς νοσοῦσιν ἀναλήψῃ τὴν ἀρχαίαν ἕξιν.

probe nutrimentum effe et corpus nutritum, fed exercitatum parcius effe putandum eft. Contra in duritie, aut duriter perfrictum effe, aut nimium exercitatum, idque cum duro adverfario in pulvere, judicandum. Siccitas vero habitus penuriam potionis cibive, aut vigilias, aut vitae follicitudinem, aut multam frictionem, aut exercitationem immodicam indicat. Haec itaque in vita confiderans corrigere errorem quotidie poteris, priusquam inauctus error curatu difficilior evadat. Semper autem memineris, exceffum omnem contrario exceffu effe emendandum; quippe omnium, quae praeter naturam incidunt, omne huc confilium curationis dirigitur. Quare, fi huic praecepto etiam corporum, quibus praeficeris, dignofcendorum peritiam adjeceris, et fingulorum remediorum facultates adjunxeris, univerfae jam artis, quae corpori hominis tuendo dicata eft, peritus fueris; cujus ope non fanis modo fuam valetudinem tueberis, fed etiam iis, qui aegrotant, priftinum ftatum reftitues.

Κεφ. γ'. Ὁποῖον μὲν οὖν ἐστι τὸ ἄριστον σῶμα, πρότερον εἴρηται. τὸ δ' ἀπολειπόμενον τοῦδε γινώσκειν μέν σε χρὴ διὰ τρεῖς αἰτίας ἀπολειπόμενον, ἢ ὅτι κακῶς ἐξ ἀρχῆς κατεσκευάσθη κυούμενον, ἢ ὅτι μετὰ ταῦτα πρός τινος αἰτίας εἰς τὴν παρὰ φύσιν ἤχθη διάθεσιν, ἢ τῷ τῆς ἡλικίας λόγῳ. πειρᾶσθαι δ' ἐπανορθοῦσθαι πάντα διὰ τῆς ἀντικειμένης ἀμετρίας· οἷον αὐτίκα περὶ γήρως. τὸ γῆράς ἐστι μὲν ψυχρὸν καὶ ξηρὸν, ὡς ἐν τοῖς περὶ κράσεων ἐπιδέδεικται λόγοις. ἐπανόρθωσις δ' αὐτοῦ διὰ τῶν ὑγραινόντων τε καὶ θερμαινόντων γίνεται. τοιαῦτα δ' ἐστὶ θερμὰ λουτρὰ γλυκέων ὑδάτων, καὶ οἴνου πόσις, ὅσαι τε τῶν τροφῶν ὑγραίνειν τε ἅμα καὶ θερμαίνειν πεφύκασι. περὶ δὲ γυμνασίων, ἢ τρίψεων, ἁπάσης τε κινήσεως, (ἀπὸ τούτων γὰρ ἄρξασθαι βέλτιον, ἐπειδὴ καλῶς εἴρηται, τοὺς πόνους τῶν σιτίων ἡγεῖσθαι,) τάδε χρὴ γινώσκειν, ὡς ἐκ μέρους μέν τινος ὀρθῶς εἶπεν ὁ ποιητὴς,

[143] — — ἐπὴν λούσαιτο φάγοι τε,
Εὑδέμεναι μαλακῶς, ἡ γὰρ δίκη ἐστὶ γερόντων.

Cap. III. Atque optimum quidem corpus cujusmodi fit, dictum jam eft. Quod autem ab hujus perfectione defecit, fcire licet, tribus id de caufis defeciffe, aut quod ftatim in utero vitiofo ftatu fuit, aut quod qualibet de caufa poftea in affectum praeter naturam incidit, aut aetatis ratione. Omnia vero corrigenda per contrarium exceffum funt. Senium enim, ut de hoc primum agam, frigidum ficcumque eft, veluti in libro de Temperamentis eft oftenfum. Corrigitur id per ea, quae calfaciunt et humectant. Talia funt balnea calida aquarum dulcium, et vini potio, praeterea ex cibis quicunque humectare et calfacere natura poffunt. De exercitatione vero, frictione et omni motu, (ab his enim coepiffe eft fatius, nam recte illud dictum arbitror, *Labor cibum praecedat,*) haec fcire licet, poëtam ex parte verum dixiffe,

Ut lavit, fumpfitque cibum, det membra fopori.
Namque haec jufta feni. — —

οὐ μὴν τό γε σύμπαν ἐν τούτῳ τέτακται. δέονται γὰρ οἱ γέροντες οὐδὲν ἧττον τῶν νέων εἰς κίνησιν ἄγειν τὸ σῶμα, κινδυνευούσης αὐτοῖς σβεσθῆναι τῆς ἐμφύτου θερμασίας. ἐπεί γε τῶν ἀκμαζόντων σωμάτων εὑρίσκονταί τινες φύσεις, ἡσυχίας δεόμεναι, περὶ ὧν εἴρηται καὶ Ἱπποκράτει, γερόντων δ' οὐδεὶς χρήζει παντελοῦς ἡσυχίας, ὥσπερ οὐδὲ γυμνασίου σφοδροῦ· ῥιπίζεσθαι μὲν γὰρ αὐτῶν δεῖται τὸ θερμὸν, ἐξελέγχεται δὲ κατὰ τὰς σφοδροτέρας κινήσεις. αἱ μὲν οὖν μεγάλαι φλόγες οὐδὲν ἔτι χρήζουσι τοῦ ῥιπίζοντος, ἀλλ' ἑαυταῖς εἰσιν ἱκαναὶ πρὸς τὸ διασώζεσθαί τε καὶ κρατεῖν τῆς ὕλης. οὔκουν οὐδ' ἀνατρίβεσθαι ἄμετρα μετὰ τοὺς ὕπνους ἕωθεν ἅπαντες οἱ ἀκμάζοντες δέονται, καθάπερ οἱ γέροντες. ὁ γάρ τοι σκοπὸς τῆς τοιαύτης ἀνατρίψεως ἅμα λίπει γινομένης διττός ἐστιν, ἢ κοπώδη διάθεσιν ἰάσασθαι, πρὶν αὐξηθεῖσαν ἀνάψαι πυρετὸν, ἢ ἀῤῥωστοῦσαν ἀνάδοσιν ἐπεγεῖραι. πολλοὺς γὰρ ἀτροφοῦντας ἐκ μακροῦ χρόνου ῥᾳδίως ἐν ὀλίγαις ἡμέραις ἐσαρκώσαμεν, ἐπὶ τὴν τοιαύτην ἀνά-

non tamen in hoc totum eſſe poſitum. Poſtulat enim ſenum non ſecus quam juvenum corpus dimoveri, quum inſitus alioqui calor extingui in his periclitetur. Nam corporum, quae in florente aetate ſunt, non deſunt quae quietem poſtulent, de quibus Hippocrates prodidit: *Senum vero nemo quietem ex toto poſtulat, ſed nec exercitium vehemens.* Ceu enim ventilabro quodam excitari accendique calor eorum deſiderat, vehementiore autem motu disjicitur. Ac magnae quidem flammae ejus, quod ita accendat, minime egent, quum ſatis ipſae ſibi et ad tutelam ſint, et ut materiae dominentur. Ergo nec a ſomno mane fricari deſiderant omnes aetate florentes, ſicuti ſenes, quum ejusmodi frictionis, quae cum pinguedine adhibetur, duplex ſcopus ſit, nempe ut vel laſſitudinis affectum ſanet prius, quam inaucta febrem accendat, vel imbecillam diſtributionis vim excitet. Nam multos longo tempore macie extabeſcentes ejusmodi frictione adhibita facile paucis diebus carne implevimus. Verum

γοντες τρίψιν. ἀλλ' ὅπερ ἄλλοις κατὰ πάθος ἐν χρόνῳ τινὶ γίνεται, τοῦτ' ἀεὶ τοῖς γέρου(268)σιν ὑπάρχει. καὶ ψυχρὸν γὰρ ὅλον αὐτῶν ἐστι τὸ σῶμα, καὶ ἀδύνατον ἕλκειν τὴν τροφὴν ἐφ' ἑαυτὸ, καὶ κατεργάζεσθαι καλῶς, καὶ τρέφεσθαι πρὸς αὐτῆς. ἀλλ' ἡ τρίψις ἐπεγείρουσα τὸν ζωτικὸν τόνον αὐτῶν, καὶ θερμαίνουσα τὰ μέτρια, τήν τ' ἀνάδοσιν εὐπετεστέραν ἐργάζεται, καὶ τὴν θρέψιν ἑτοιμοτέραν. οὕτω τοι καὶ διαιτώμενοι νέοι τε πολλοὶ τῶν ἀτροφούντων ἐσαρκώθησαν, οἵ τε γέροντες ὠνίναντο πάντες. ἓν μὲν δή σοι τοῦτο καθάπερ τι γυμνάσιον ἔστω τοῖς γέρουσιν ἕωθεν γιγνόμενον, ἡ μετ' ἐλαίου τρίψις, ἐφεξῆς δὲ περίπατοί τε καὶ αἰωρήσεις ἄκοποι, στοχαζομένῳ τῆς τοῦ γέροντος δυνάμεως. διόπερ ἡμῖν εἴρηται πρόσθεν περὶ ἐδεσμάτων τε καὶ πομάτων οὐκ ὀλίγα· παραδείγματος δ' ἕνεκεν καὶ νῦν εἰρήσεται περὶ τῶν γυμνασίων, ὑπὲρ ὧν ἐμάθομεν ἔμπροσθεν, ὡς τὰ μὲν ὀξέα, (προσαγορεύουσιν δ' οὕτως, ὧν αἱ κινήσεις ταχεῖαι,) λεπτύνει τὸ σῶμα, τὰ δ' ἐναντία παχύνει,

quod aliis ex affectu certo in tempore incidit, id fenibus adeft perpetuo, quippe quorum omne corpus frigidum eft, nec potens alimentum ad fe trahere, atque id probe conficere, ex eoque nutriri. Sed frictio, quum et vitale robur excitet, et modice calefaciat, efficit, ut et diftributio nutrimenti fit facilior, et nutritio promptior. Hac victus ratione et juvenes non pauci, qui ex eo, quod alimentum his diftributum in corpus non eft, emaciati funt, carnis incrementum receperunt, et fenes plane omnes fructum non parvum fenferunt. Atque haec quidem una fenibus veluti exercitatio fit mane adminiftrata, nempe fricatio cum oleo; poft hanc inambulatio geftatioque, quae tamen fint intra laffitudinem, habita ratione virium ipfius fenis; quarum caufa de cibis potioneque non pauca prius diximus; nunc de exercitationibus quoque exempli caufa quaedam ponemus, de quibus haec in fuperioribus didicimus, quod acuta exercitatio (fic enim vocant, cujus celeres motus funt) corpus attenuat, con-

καὶ πολλὰ μὲν ξηραίνει, τὰ δὲ μέτρια σαρκοῖ. λέλεκται δὲ καὶ περὶ τῶν ἄλλων ἐν αὐτοῖς διαφορῶν ἁπασῶν, ὥσπερ γε καὶ περὶ τῶν τρίψεων. αἱ δὲ τῶν γυμνασίων ἰδέαι τοῖς γέρουσιν, ὅσαι τ᾽ ὠφέλιμοι καὶ ὅσαι βλαβεραὶ, κριθήσονται τῇ τε τοῦ σώματος ὅλου διαθέσει καὶ τοῖς ἐνοχλοῦσι παθήμασι. τῇ μὲν ὅλου τοῦ σώματος διαθέσει κατὰ τάδε. τὸ μὲν γὰρ ἄριστον τῇ κατασκευῇ σῶμα, περὶ οὗ μέχρι δεῦρο πεποίημαι τὸν λόγον ἐξ ἀρχῆς, ὥσπερ ἐν νεότητι πρὸς ἅπαντας τοὺς σφοδροτάτους πόνους ἐπιτηδειότατόν ἐστιν, οὕτως ἐν γήρᾳ πρὸς ἅπαντας τοὺς μετρίους· τὸ δ᾽ ἤτοι παχυσκελὲς, ἢ εὐρύστερνον, ἢ περαιτέρω τοῦ προσήκοντος ἰσχνοσκελὲς, ἢ ὅσοις ὁ θώραξ μικρός ἐστιν, ἢ κομιδῇ στενὸς, ἢ τὸ βλαισὸν, ἢ τὸ ῥαιβὸν, ἢ ὁπωσοῦν ἄλλως ἀσύμμετρον, εἰς τὰ πολλὰ τῶν γυμνασίων οὐκ ἐπιτήδειον. ἐν μὲν γὰρ τοῖς διὰ τῆς φωνῆς γιγνομένοις ὁ κακῶς παρεσκευασμένος θώραξ, ἐν δὲ τοῖς διὰ τῶν περιπάτων τὰ σκέλη βλάπτεται. κατὰ δὲ τὸν αὐτὸν τρόπον ἐπί τε χειρῶν εἰρῆσθαί μοι νόει, καὶ τραχήλου, καὶ νώτου, καὶ ὀσφύος,

traria crassum reddit, multa corpus siccat, mediocris obesum praestat. Dictum est et de caeteris omnibus exercitationum atque etiam frictionum differentiis. Verum exercitationis formae, quae senibus utiles aut noxiae sint, tum ex corporis totius affectu et consuetudine, tum vitiis ipsis, quae infestant, intelligentur. Ex totius corporis affectu ad hunc modum. Nam optimi status corpus, de quo hactenus sermonem fecimus, sicut in juventute ad vehementissimos quosque labores idoneum maxime est, ita in senecta se habet ad omnes mediocres. Quod vero aut crassis cruribus est, aut lato pectore, aut cruribus ultra quam par est gracilibus, aut quod exiguo est thorace, aut admodum angusto, aut valgum est varumve, aut alio quovis pacto a mediocritate recedens, id ad plerasque exercitationum ineptum est. Quippe vitiosae figurae thorax in iis, quae per vocem administrantur, offenditur, crura vero per inambulationem laeduntur. Ad eundem modum de manibus, collo, humero, lumbis,

ἰσχίων τε καὶ τῆς ῥάχεως ὅλης. ὅ τι γὰρ ἂν αὐτῶν ᾖ κακῶς ἐξ ἀρχῆς κατεσκευασμένον, ἐξελέγχεται μᾶλλον ἢ ῥώννυται γυμναζόμενον, εἰ μὴ ἄρα τις τὰς συμμέτρους κινήσεις [144] ὀνομάζειν ἐθέλει γυμνάσια σύμμετρα τοῖς ἀσθενέσι μορίοις· ἀλλ᾽ οὕτως περὶ ὀνόματος μᾶλλον ἢ πράγματος ἡ ἀμφισβήτησις ἔσται. τὰ δ᾽ εἰς ὑγείαν διαφέροντα τῷ γέροντι γυμνάσια διὰ τῶν ἰσχυροτέρων χρὴ ποιεῖσθαι μορίων· συγκινεῖται γὰρ ἐκείνοις καὶ γυμνάζεται τὰ λοιπά. καὶ μὲν δὴ καὶ ἔθη μεγίστην ἔχει μοῖραν εἰς αἵρεσιν ἰδέας γυμνασίων. ἄκοποί τε γὰρ αὐτοῖς αἱ εἰθισμέναι γίνονται κινήσεις, ἥδονταί τε κατ᾽ αὐτὰς ἐνεργοῦντες, ὥσπερ αὖ πάλιν ἐν τοῖς ἀήθεσιν ἄχθονταί τε καὶ κοπώδεις γίνονται. τῶν δὲ τεχνικῶν ἐνεργειῶν οὐδ᾽ ἅψασθαι δυνατόν ἐστι, ἢ αὐλεῖν, ἢ σαλπίζειν, ἢ κιθαρίζειν, ὥσπερ γε τῶν κατὰ παλαίστραν, ὅσοι παλαισμάτων ἀμαθεῖς. ἕκαστον οὖν τῶν γερόντων ἐν τοῖς συνήθεσι γυμνάζειν, ἀνιέντας αὐτῶν τὴν σφοδρότητα. τρίτος δὲ σκοπὸς ἰδέας γυμνασίων ἀπὸ τῶν

coxis et tota ſpina mihi dictum intellige. Quicquid enim ex his parum rite ab initio conditum eſt, id ſane exercitando imbecillum potius quam firmum redditur, niſi ſi cui moderatos motus imbecillis membris modicas exercitationes nominare placet; verum ita de nomine magis quam de re lis fuerit. Senibus vero quae praecipua ad ſanitatem exercitia ſunt, haec per valentiores corporis partes ſunt obeunda, quippe cum quibus reliquae ſimul moventur exercenturque. Quin etiam conſuetudo maximam ſibi vendicat partem ad exercitationis ſpeciem deligendam. Nam quae conſueta ſunt, ut minime laſſantia quos exercent, etiam delectant, ſicuti e diverſo, quae inſueta ſunt, tum diſplicent, tum vero laſſant. Porro quibus operibus arte opus eſt, ea ne attingere quidem ſenes poterunt; non tibia, non tuba ſonare, non cithara; non magis quam quae in palaeſtra geruntur, qui luctae ſunt ignari. Senes igitur omnes conſuetis laboribus ſunt exercendi, ſed tamen vehementia eorum remiſſa. Tertium, quo dirigit, qui exercitationis formam praeſcribit,

παθημάτων λαμβάνεται, κοινὸς μὲν ἁπάσης ἡλικίας ὑπάρχων, οὐ μὴν ἴσην γε τὴν δύναμιν ἐν ἁπάσαις ἔχων, ὅτι μηδὲ τὴν βλάβην ἴσην ἐργάζεται παροφθείς. ὅσοι μὲν γὰρ ἑτοίμως ἁλίσκονται σκοτώμασιν, ἢ ἐπιληψίαις, ἢ ὀφθαλμίαις σφοδραῖς, ἢ ὠταλγίαις, οὐ χρὴ τούτους ἐπινεύοντας, ἢ κατακύπτοντας, ἢ καλινδουμένους χαμαὶ γυμνάζεσθαι, περιπάτοις δὲ πολλάκις, καὶ δρόμοις μετρίοις, αἰωρήσεσί τε ἐπὶ τῶν ὀχημάτων ἀκόπως χρῆσθαι. παραπλησίῳ δὲ τρόπῳ καὶ ὅσοις παρίσθμια ῥᾳδίως, ἢ ἀντιάδες, ἢ συνάγχαι γίνονται, καὶ ὅσοις γαργαρεὼν ἑτοίμως ῥευματίζεται, καὶ ὅσος οὖλα, καὶ ὅσοις ὀδόντες, ἢ ὅλως τι τῶν κατὰ τὸν τράχηλόν τε καὶ τὴν ὅλην κεφαλὴν μορίων. ἡμικρανίᾳ γοῦν ἐνοχλοῦνται πολλοὶ, καὶ τένοντας ἄλλοι συνεχῶς ἀλγοῦσιν ἐπὶ μικραῖς προφάσεσιν. ὧν οὐδεὶς ἀνέχεται γυμνασίου πληροῦντος κεφαλὴν, ἀλλ᾽ ἔστιν ἅπασιν αὐτοῖς τὰ διὰ τῶν σκελῶν ὠφέλιμα, καθάπερ γε τοῖς ἀσθενέσι φύσει τὰ σκέλη βελτίω τὰ διὰ τῶν ἄνω μερῶν γυμνάσια, χειρονομίαι τε καὶ ἀκροχειρισμοὶ,

ab affectione fumitur, omnis quidem aetatis commune, non tamen parem ubique vim obtinens, quum nec parem ubique noxam neglectum inferat. Quos enim ex levi caufa vertigines, comitiales morbi, gravis ophthalmia, vel aurium dolores male habent, iis inclinato capite dorfove, aut humi volutatis exercitari non expedit, imo tum ambulatione faepe, tum curfu mediocri, tum geftatione in vehiculis, citra fatigationem uti. Simili modo nec quibus tonfillarum tumores, aut glandularum paulo fupra laryngem fitarum morbi, aut anginae facile incidunt. Nec quibus prompte in columellam, gingivas, dentes, denique partem aliquam ex iis, quae circa collum aut totum caput habentur, fluxiones procumbunt. Quippe nonnulli hemicrania infeftantur, aliis tendones continuo ex levi qualibet caufa dolent. Quorum nemo exercitationem fuftinet, quae caput impleat, fed funt his omnibus quae per crura geruntur utilia, ficut e diverfo, qui natura imbecillis funt cruribus, his fuperioribus partibus exercitari eft fatius, manuum exercitationibus, acroche-

καὶ δισκοβολίαι, καὶ ἁλτήρων χρῆσις, ὅσα τε κατὰ τὴν παλαίστραν γυμνάζεται χαμαὶ πάντα. τοῖς γε μὴν τὰ μέσον μόρια χειρῶν καὶ σκελῶν πάσχουσι ῥᾳδίως ἅπαν μὲν εἶδος ἐπιτήδειόν ἐστι γυμνασίων, ἐπεὶ τῶν ἄλλων τις ἀπείργει σκοπῶν· ἤδη δὲ τὰ μὲν κατὰ θώρακα τοῖς κάτω μᾶλλον χαίρει, τὰ δὲ κατὰ κύστιν ἢ νεφροὺς τοῖς ἄνω, σπλὴν δὲ καὶ γαστὴρ καὶ ἧπαρ ἔντερά τε καὶ κῶλον, ὥσπερ ἐν τῷ μέσῳ τῶν κάτω μερῶν ἐστιν, οὕτω καὶ τοῖς γυμνασίοις ὁμοίως χαίρει. τάς γε μὴν τρίψεις ἐπὶ τῶν ἀσθενῶν μορίων, ἐν οἷς μὲν χρόνοις νοσοῖ, φυλάττεσθαι προσήκει, ἐν οἷς δὲ ὑγιαίνει, προσφέρεσθαι μᾶλλον ἢ τοῖς ἄλλοις, καὶ μάλιστα τὰς ξηράς, ἐπὶ πλεῖστον ἀνατρίβοντα διά τε τῶν ὀθονίων καὶ μόναις ταῖς χερσί. καὶ μὴν δὴ καὶ ὅσαι κατὰ περίοδον ὀδύναι γίνονται μορίοις τισὶ, οὐ σμικρὸν γίνεται κώλυμα τοῦ γίνεσθαι τοιαῦθ᾽ ἡ τρίψις ἐν τῷ μεταξὺ χρόνῳ παραλαμβανομένη, καὶ μάλιστα πρὸ δυοῖν ἢ τριῶν ὡρῶν τοῦ παροξυσμοῦ· ῥώννυται γὰρ ὑπ᾽ αὐτῆς τὰ μόρια, καὶ ἧττον δέχεται τὰ συνήθη κατασκήπτοντα ῥεύματα. ταυτὶ μὲν οὖν

rismis, disci jactu, halterum usu, praeterea his omnibus, quae in palaestra humi exercent. At quorum mediae crurum brachiorumque partes opportunae offensionibus sunt, iis quodvis exercitationum genus idoneum fuerit, modo ne reliquarum considerationum ulla prohibeat. Jam vero quae circa thoracem partes sunt, magis inferiorum exercitatione juvantur; quae circa vesicam et renes, superiorum; lien, ventriculus, jecur, intestina et colon, sicuti in medio superiorum inferiorumque sunt, ita se ad exercitationes habent. Frictiones tamen partibus infirmis, quo tempore laborant, admovere non convenit; ubi sanae sunt, convenit vel magis, quam aliis, et potissimum siccas, quas et per linteum, et solis manibus liberaliter adhiberi expedit. Quin etiam qui certa periodo redeunt quibusdam partibus dolores, hi ne fiant, non parva ex ejusmodi frictione cautio est, si medio tempore, praecipueque si duas vel tres horas ante accessionem adhibita sit; firmantur enim eae partes, et emergentes consuetas fluxiones minus admittunt. Atque

ἅπαντα κοινὰ γερόντων ἐστὶ καὶ τῶν ἄλλην ἡλικίαν ἐχόντων ἡντιναοῦν. τὸ δὲ μὴ γυμνάζεσθαι τοῖς ἀσθενέσι μορίοις ἐπὶ γέροντος μόνον συμβουλεύω· τῶν δ᾽ ἄλλων ὅσον τις ἂν ᾖ τοῦ γήρως ἀπωτέρω, τοσούτῳ μᾶλλον αὐτῷ γυμναστέον ἐστὶ τὸ ἀσθενὲς, ὅπερ δὴ καὶ διὰ παραδείγματος, ἵνα μᾶλλον ὁ λόγος ᾖ σαφὴς, οὐκ ὀκνήσω διελθεῖν. ὑποκείσθω τι σῶμα τῶν ἔτ᾽ αὐξανομένων [145] ἰσχνὸν τοῖς σκέλεσι. τούτῳ συμφέρει πιττοῦσθαί τε τὰ σκέλη καὶ τρίβεσθαι μετρίως, καὶ δρόμῳ χρῆσθαι μᾶλλον ἢ ἄλλῳ τινὶ γυμνασίῳ. χρὴ δ᾽ ἐπιστατεῖν αὐτῷ τινα, τὸν σύμμετρον ὁρίζοντα τὴν κίνησιν, ὡς μήτε τοῦ προσήκοντος ἐνδεέστερον γυμνάζοιτο, μήθ᾽ ὑπερβάλλοιτ οσοῦτον, ὡς ἁλῶναι κόπῳ. τοῦτο δὴ, καίτοι δύσγνωστον εἶναι δοκοῦν, οὐκ ἐν γυμνασίοις μόνον, ἀλλὰ καὶ τοῖς ἄλλοις ἅπασιν, ἡμεῖς ἐπεδείξαμεν εὔγνωστον ἔν γε τοῖς κατὰ τὴν ὑγιεινὴν δίαιταν. οὐ γάρ ἐστιν ἐπ᾽ αὐτοῖς ὀξὺς ὁ καιρὸς, ὡς ἐν ταῖς νόσοις, ἀλλ᾽ ἔξεστιν ἄρξασθαι μὲν ἀπὸ τῶν ἀσφαλεστάτων ἐν ἑκάστῳ μέτρῳ, ἐπισκοπου-

haec quidem non fenum modo, fed et qui aliam quamlibet aetatem agunt, omnia funt communia. Non exercitari vero imbecillis partibus folis fenibus fuadeo; ex caeteris, quanto quisque remotior a fenio fuerit, tanto illi magis exercitanda pars infirma eft, quod utique et, quo clariora, quae dicimus, fint, exemplo profequi non gravabor. Finge, corpus aliquod ex iis, quae adhuc augefcunt, gracilibus effe cruribus. Huic picari crura conducet, et modice fricari, et curfu uti potius, quam alia quavis exercitatione; porro praefici ei quempiam oportet, qui modum in motu praefcribat, quo neque infra, quam expedit, exercitetur, neque adeo ultra, ut laffitudinem fentiat. Id tametfi non in exercitationibus modo, verum etiam in aliis omnibus difficile intellectu fit, nos certe facile effe oftendimus in iis faltem, quae ad falubrem victus rationem pertinent. Neque enim in his praeceps occafio eft, ficuti in morbis, imo ubi a tutiffima in fingulis menfura inceperis, et fimul, quod ex ea fecutum

μέρους δὲ τὸ ἀποβαῖνον ἤτοι γ' ἀφαιρεῖν, ἢ προστιθέναι τι, καθ' ἑκάστην ἡμέραν ἐπανορθουμένους τὸ παρεθέν. οἷον εὐθέως ἐπὶ τῶν ἰσχροσκελῶν, ἐγώ ποτε παιδάριον ἐτῶν τρισκαίδεκα παραλαβὼν, εἶτα παντὶ τῷ μετὰ ταῦτα χρόνῳ τῆς αὐξητικῆς ἡλικίας προνοησάμενος αὐτοῦ κατὰ τοὺς προγεγραμμένους σκοποὺς, ἀπέφηνα νεανίσκον εὔρυθμόν τε καὶ σύμμετρον. ἐν μὲν γὰρ τῇ πρώτῃ τῶν ἡμερῶν αὐτὸν κατέχρισα τῇ πίττῃ δὶς ἐφεξῆς, ὡς εἴωθα, καὶ δραμεῖν ἐκέλευσα μήτ' ὀξέως μήτε πολύ. κατὰ δὲ τὴν δευτέραν τρίψει συμμέτρῳ μὲν κατὰ σκληρότητά τε καὶ μαλακότητα, βραχείᾳ δὲ κατὰ τὸ πλῆθος ἅμα λίπει προμαλάξας, ἐκέλευσα βραχεῖ πλείω δραμεῖν, οὐ μὴν ὀξύτερά γε τῶν πρόσθεν. ἐπὶ δὲ τῷ δρόμῳ δηλονότι ταῖς ἀποθεραπευτικαῖς ὀνομαζομέναις ἐχρώμην τρίψεσιν. ἐκέλευον δὲ περιπατεῖν αὐτῷ καθ' ἑκάστην ἡμέραν ἀπὸ μετρίων ἀρξαμένῳ εἰς πλείω, κατασκεπτόμενος τά τ' ἄλλα τῶν σκελῶν καὶ μάλιστα τὰς φλέβας, (269) εἰ μὴ περιττότερον εὐρύνοιτο τῆς τῶν σκελῶν εὐτροφίας. χαλεπὸν γὰρ τοῦτο, καὶ ῥευματικὸν, καὶ

eſt, aeſtimaveris, licet vel addas aliquid quotidie vel detrahas, ac quod omiſſum eſt corrigas; veluti ſtatim de iis, quibus gracilia ſunt crura. Ipſe namque quum aliquando traditum mihi tredecim annorum puerum toto augmenti tempore ad ea, quae praedixi, praecepta curaſſem, reddidi juvenem concinnum legitimique modi. Nam primo die illitum prius bis deinceps, ut ſoleo, pice juſſi currere nec celeriter nec multum. Secundo die, frictione, quae in qualitate quidem eſſet durae mollisque media, in quantitate vero exigua, atque hac cum pinguedine adhibita praemollitum juſſi paulo plus currere, quam prius, non tamen celerius. Ab ipſo vero curſu ea, quae apotherapia vocatur, frictione ſum uſus. Juſſi vero quotidie ambulare, ſed inter initia modice, poſt vero modum augere. Aeſtimabam quoque in cruribus tum alia, tum praecipue venas, num amplius increviſſent, quam pro crurum bene alendorum ratione. Quippe id grave eſt, et quod tempore tum fluxiones humorum

βλαισώδη τῷ χρόνῳ παρασκευάζον, οὐκ εὔτροφα τὰ κῶλα. τούτῳ τε οὖν προσέχειν σε χρὴ τῷ γνωρίσματι, καὶ εἰ θερμότερα περαιτέρω τοῦ προσήκοντος γίγνοιτο τὰ σκέλη, καὶ εἰ κοπώδη τινὰ αἴσθησιν ἔχοντα. μηδενὸς μὲν γὰρ τούτων τῶν σημείων φανέντος, αὐξάνειν τε χρὴ τὸ πλῆθος τῶν περιπάτων τε καὶ τῶν δρόμων, καὶ πιττοῦν διὰ τρίτης. ὀφθέντος δέ τινος αὐτῶν ἀνάῤῥοπά τε σχηματίζειν ἐν τῇ κοίτῃ τὰ κῶλα, καὶ τοῦ πλήθους ἁπάντων ὧν διῆλθον ἀφαιρεῖν, ἐλάττω μὲν περιπατεῖν, ἐλάττω δὲ τρέχειν κελεύοντα, καὶ τῇ τρίψει κάτωθεν ἄνω. ὅταν δέ σοι ταῦτα πράξαντι κατὰ φύσιν ἀκριβῶς ἔχῃ τὰ σκέλη, πάλιν ἐπὶ τὴν ἐξ ἀρχῆς χρὴ χρῆσιν τῶν βοηθημάτων ἰέναι, βραχυτάταις αὐξήσεσι χρώμενον ἢ διὰ παντὸς ἐπὶ τῶν αὐτῶν καταμένοντα. παρεμβάλλειν δὲ χρὴ καὶ τὰς στρογγύλας καλουμένας τρίψεις μέσας σκληρότητός τε καὶ μαλακότητος, ἔσθ᾽ ὅτε μὲν ἄνωθεν, ἐνίοτε δὲ ἐκ τῶν κάτω μερῶν ἀρχομένους. καί που κεκονιαμένοις τοῖς σκέλεσι παραχέοντας ἔλαιον οὕτω τρίβειν. ἔστω δὲ κόνις ἡ καλουμένη λιπαρά· προσαγορεύουσι

adfcifcit, tum valgos facit, neque crura bene habita reddit. Ergo non huic modo notae te effe attentum convenit, fed et illud obfervare, num calidiora jufto reddita crura fint, num laffitudinis quippiam fentiant. Nam fi nihil horum apparuerit, augeri tum ambulationis modum, tum curfus oportebit, atque etiam tertio quoque die picari. Sin aliquid eorum cernitur, tum et crura furfum habita in lecto collocare conveniet, et copiam omnium, quae dixi, minuere, minus inambulare, minus currere jubere, frictione inferne furfum uti. Haec faciens, ubi naturalem plane habitum crura receperint, rurfus ad eum quem coepifti remediorum ufum redibis, aut exiguis eorum incrementis ufus, aut etiam eundem perpetuo modum fervans; adhibebis et quas rotundas frictiones vocant (hae mediae funt durarum ac mollium), alias a fuperioribus, alias ab inferioribus partibus incipiens. Aliquando vero et pulvere prius infperfis cruribus oleum infundes, mox fricabis. Efto vero pulvis, qui appellatur

δ' οὕτως, ἐν ᾗ μήτε τραχὺ, μήτε δριμύ. λεπτύνουσι γὰρ μᾶλλον, ἢ σαρκοῦσιν, ὅσαι τραχύτητος κισσηρώδους, ἢ δριμύτητος νιτρώδους ἢ ἁλμώδους μετέχουσιν. ὅτῳ δὲ παχύτερα μὲν τὰ σκέλη, βραχίονες δὲ καὶ πήχεις ἰσχνοὶ, τούτῳ τὰ μὲν διὰ χειρῶν γυμνάσια πάντ' ἐπιτηδευτέον ἐστὶ, φυλακτέον δὲ τὰ διὰ τῶν σκελῶν. αἵ γε μὴν τρίψεις καὶ πιττώσεις ὁμοίως γενέσθωσαν, ὅσα τ' ἄλλα περὶ τῶν κατὰ τὰ σκέλη λέλεκται γυμνασίων. οὐ γάρ μικρά τίς ἐστιν ἐν αὐτοῖς διαφορὰ, τινῶν μὲν ἐσχάτως ἀῤῥώστων εἰς τὰς κινήσεις ὄντων, εἰ καὶ μηδέπω τύχοιεν ἑβδομηκοντοῦται εἰς τὴν ἡλικίαν ὄντες, ἐνίων δὲ πολὺ ῥωμαλεωτέρων ἢ κατὰ τούσδε γεγονότων ἔτη πλείω ἢ ὀγδοήκοντα. τοὺς μὲν ἀσθενεστέρους αἰωρεῖν μᾶλλον ἢ περιπατεῖν κελεύων κινήσεις· τοὺς δ' ἰσχυροτέρους δι' ἀμφότερα γυμνάσαντα, [146] ἄξαντά τε πρὸς τὴν δευτέραν τρίψιν οὐχ ὁμοίως ἀμφοτέρους, ἀλλ' ἀεὶ τὸν ἀῤῥωστότερον θᾶττον. ἔστω γάρ σοι τοῦτο τῶν κοινοτάτων παραγγελμάτων, ἐπὶ μὲν ἀσθενοῦς

pinguis. Sane ita appellant, in quo nec afperum quippiam nec acre fubeft; quippe extenuat potius quam carnem auget, quisquis aut pumicofam afperitatem, aut nitrofam falfamve acrimoniam in fe habet. Si cui vero craffiora quidem crura funt, brachia vero cubitique gracilia, huic omnia quae per manus fiunt exercitia funt petenda, fugienda vero quae cruribus obeuntur; frictiones tamen et picationes fimili modo fiant, aliaque, quae de exercitiis crurum jam diximus. Neque enim parva in ipfis differentia eft, aliis omnino ad motum invalidis, etiamfi feptuagefimum aetatis annum nondum attigerint, aliis multo his robuftioribus, qui etiam fupra octogefimum funt nati. Ergo, qui imbecilliores funt, hos geftatione potius quam inambulatione dimovebis; validiores utroque genere exercitabis, agesque ad fecundam frictionem utrosque, non tamen fimiliter, fed femper imbecilliorem citius. Nam id quoque ex maxime communibus praeceptis efto,

δυνάμεως ἀνατρέφειν τὸ σῶμα πυκναῖς καὶ βραχείαις τροφαῖς, ἐπὶ δὲ ἰσχυρᾶς ἀραιαῖς καὶ πολλαῖς.

Κεφ. δ'. Εἰπεῖν μὲν οὖν καὶ ταῦτα καὶ τἄλλα ῥᾷστον, ἐπιστατῆσαι δὲ γέροντι, διαφυλάττοντα τὴν ὑγείαν αὐτοῦ, τῶν χαλεπωτάτων, ὥσπερ γε καὶ τῶν ἀνακομιζομένων ἐκ νόσου. καλεῖται δὲ ὑπὸ τῶν νεωτέρων ἰατρῶν τουτὶ μὲν τὸ μέρος τῆς τέχνης ἀναληπτικὸν, τὸ δὲ ἐπὶ τῶν γερόντων γηροκομικόν. καὶ δοκοῦσιν αἱ διαθέσεις ἀμφοῖν οὐ κατὰ τὴν ἀκριβεστάτην ὑπάρχειν ὑγείαν, ἀλλ' ἤτοι μέσαι τινὲς εἶναι νόσου τε καὶ ὑγείας, ἢ πάντως γε μὴ τῆς καθ' ἕξιν, ἀλλὰ τῆς κατὰ σχέσιν ὀνομαζομένης ὑπ' αὐτῶν ὑγείας. εἴτ' οὖν νόσον, εἴτε νοσώδη διάθεσιν, εἴτε μέσην ὑγείας τε καὶ νόσου διάθεσιν, εἴτε κατὰ σχέσιν ὑγείαν ὀνομάζειν χρὴ τὸ γῆρας, οὐ πάνυ τι τῶν τοιούτων ζητήσεων φροντίζοντας, βωμολόχων προσερχομένων, ἐπίστασθαι δὲ χρὴ τὴν κατάστασιν τοῦ τῶν γερόντων σώματος, ὅτι ἐπὶ μικροῖς αἰτίοις εἰς νόσον μεθισταμένην ὁμοίως τοῖς ἀναλαμβάνουσιν ἐκ νόσου

ubi imbecillae vires funt, crebra exiguaque frictione utendum, ubi validae, rara multaque.

Cap. IV. Sed haec atque alia ut dixiffe quidem eft facillimum, ita praeeffe fenis fanitati tuendae fane eft difficillimum aeque ut eorum, qui ex morbo convalefcunt. Porro hanc artis partem appellant juniores medici analepticen, illam, quae fenum fanitati profpicit, gerocomicen. Videnturque hi ambo affectus non effe exacta plane fanitas, fed vel morbi et fanitatis affectus quidam medii, vel omnino ejus fanitatis non effe, quae firma conftansque fit, quam fecundum habitum appellant, fed ejus potius, quam ifti fecundum difpofitionem nominant. Ergo five morbum, five morbofum quendam affectum, five medium quiddam fanitatis morbique, five fecundum difpofitionem fanitatem fenium appelles, hujusmodi quaeftionibus, quum his nos leviffimi homines petunt, pro nihilo habitis, fcire licet, fenilis corporis ftatum, quoniam ex levi momento in morbum decidit, fimili ratione iis,

Ed. Chart. VI. [146.] Ed. Baf. IV. (269.)

τὴν ἀρχαίαν ὑγείαν διαιτᾷν χρή. διόπερ εἰπεῖν μὲν ῥᾴδιον, ἄμεινον εἶναι χρίεσθαι λίπει μετ᾽ ἀνατρίψεως ἕωθεν τον γέροντα, προσηκόντως δὲ ἐργάσασθαι τοὖργον ἁπάντων χαλεπώτατον. ἥ τε γὰρ σκληροτέρα βραχὺ τρῖψις κοπώδης, ἥ τ᾽ ἄγαν μαλακὴ πλέον οὐδὲν ἐργάζεται, καθάπερ οὐδ᾽ ἡ βραχεῖα παντάπασιν, ἡ δέ γε πολλὴ διαφορεῖ μᾶλλον ἢ ἀνατρέφει. καὶ μὴν καὶ τὸ χωρίον, ἐν ᾧ γυμνοῦται τὸ τοῦ γέροντος σῶμα, ψυχρότερον μὲν ὂν οὐ μόνον οὐδὲν ἐργάζεται χρηστὸν, ἀλλὰ καὶ πυκνώσει, καὶ καταψύξει, θερμότερον δ᾽ εἴπερ εἴη τοῦ δέοντος, ἐν μὲν χειμῶνι πλέον, ἢ προσήκει, τὸ σῶμα τοῦ γέροντος ἀραιότερον ἀποτελέσαν εὔψυκτον ἐργάσεται, θέρους δὲ διαφορήσει τε καὶ καταλύσει τὴν δύναμιν αὐτοῦ. τοῖς μὲν γὰρ καθ᾽ ἕξιν ὑγιαίνουσιν οὐδὲ τῶν ἰσχυρῶν αἰτίων οὐδὲν ἀλλοιοῖ τὸ σῶμα, τοῖς γέρουσι δὲ καὶ τὰ σμικρότατα μεγίστην ἐργάζεται μεταβολήν. οὕτω τοίνυν ἔχει κἀπὶ τῆς τῶν σιτίων ποσότητός τε καὶ ποιότητος. καὶ γὰρ κἂν τούτοις ἂν βραχύ τι τοῦ προσήκοντος ὑπερβῶσιν οἱ γέροντες, οὐ σμικρὰ βλάπτονται, τῶν νεανίσκων ἐπὶ μεγίστοις

qui ex morbo convalefcunt, in victu effe curandum. Quare dictu quidem facile eft, feni expedire mane oleo ungi ac fricari; caeterum apte haec opere peregiffe omnino difficillimum eft. Nam durior paulo frictio laffitudinem affert, praemollis vero inefficax eft; ficut etiam quae exigua omnino eft, at multo magis per halitum difcutit, quam ad nutritionem conducit. Jam locus ipfe, ubi corpus fenis nudatur, fi frigidior eft, non folum nihil affert commodi, fed etiam denfat et refrigerat; fin jufto calidior eft, hyeme quidem, ubi rarius corpus effecit, frigori obnoxium reddit, aeftate vero et per halitum exhaurit, et vires dejicit. Qui enim fecundum habitum fani funt, iis ne vehemens quidem caufa corpus alterat; feni vero vel minima caufa maximae mutationis occafio eft. Similiter igitur fe habet in cibi tum qualitate, tum quantitate, quippe in quibus fenes, fi breve quippiam transgreffi limites fint, non leviter laeduntur, quum juvenes vel ex maximis erroribus minimum noxae

ἁμαρτήμασι βραχέα βλαπτομένων. ἀσφαλέστερον οὖν ἐστι τοῖς ἀσθενέσι γέρουσιν ὀλίγα διδόναι τρὶς τῆς ἡμέρας, ὡς Ἀντίοχος ὁ ἰατρὸς ἑαυτὸν διῄτα, γεγονὼς γὰρ ἐτῶν πλείω τῶν ὀγδοήκοντα, προϊὼν δὲ καθ' ἑκάστην ἡμέραν εἰς τὴν ἀγορὰν, ἐπὶ τὸ χωρίον, ἐν ᾧ τὸ συνέδριον ἦν αὐτὸ τῶν πολιτῶν, ἔστι δ' ὅτε μακρὰν ὁδὸν ἀπιὼν ἐπισκέψεως ἀῤῥώστων ἕνεκα. ἀλλ' εἰς μὲν τὴν ἀγορὰν ἀπὸ τῆς οἰκίας ἐβάδιζεν, ὁδὸν ὡς τριῶν σταδίων· οὕτως δὲ καὶ τοὺς πλησίον ἀῤῥώστους ἑώρα· ποῤῥώτερον δ' ἄν ποτ' ἀναγκασθῇ πορευθῆναι, τὸ μὲν ἐν δίφρῳ βασταζόμενος ἐκομίζετο, τὸ δ' ἐπ' ὀχήματι αἰωρούμενος. ἦν δ' αὐτῷ κατὰ τὴν οἰκίαν οἴκημα ἐκ καμίνου θερμαινόμενον ἔν γε τῷ χειμῶνι, θέρους δὲ εὔκρατον ἔχον ἀέρα καὶ χωρὶς τοῦ πυρός. ἐν τούτῳ πάντως ἀνετρίβετο καὶ χειμῶνος καὶ θέρους ἕωθεν, ἀποπατήσας δηλονότι πρότερον. ἐν δὲ τῷ κατὰ τὴν ἀγορὰν χωρίῳ [147] περὶ τρίτην ὥραν ἢ τὸ μακρότερον περὶ τετάρτην ἤσθιεν ἄρτον μετὰ μέλιτος Ἀττικοῦ, πλειστάκις μὲν ἑφθοῦ, σπανιώτερον δ' ὠμοῦ. καὶ μετὰ ταῦτα τὸ μέν τι συγγιγνόμενος ἑτέροις

fentiant. Ergo tutius eft imbecillo feni exiguum dare ter die, ficut Antiochus medicus folitus eft fe cibare, jam quidem annos natus plus quam octoginta, ac quotidie ad forum progrediens in eum locum, ubi concilium civium convenerat, interim etiam longa via ad aegros invifendos pergens. Caeterum domo in forum quafi trium ftadiorum fpatium pedibus confecit; quo etiam modo infirmos, fi quos prope habebat, invifit. Longius vero fi quo erat eundum, partim geftatus in fella, partim vehiculo vehebatur. Erat autem ei domi cellula quaedam, quae hyeme calebat camino, aeftate citra ignem bene temperatum aërem habebat. In hac mane omnino fricabatur tam aeftate quam hyeme, utique dejecta prius alvo. In foro autem loco aliquo circiter horam diei tertiam vel ad fummum quartam fumpfit panem cum Attico melle plerumque cocto, rarius crudo. Poftea partim cum aliis commentans, partim ipfe folus aliquid legens, ad fepti-

διὰ λόγων, τὸ δὲ καθ' ἑαυτὸν ἀναγινώσκων ἑβδόμην ὥραν παρέτεινεν, μεθ' ἣν ἐτρίβετό τε κατὰ τὸ δημόσιον βαλανεῖον, ἐγυμνάζετό τε τὰ πρέποντα γέροντι γυμνάσια, περὶ ὧν τῆς ἰδέας ὀλίγον ὕστερον εἰρήσεται. κἄπειτα λουσάμενος ἠρίστα σύμμετρον, πρῶτα μὲν ὅσα λαπάττει τὴν γαστέρα προσφερόμενος, ἐφεξῆς δὲ ἰχθύων τὸ πλεῖστον, ὅσοι πετραῖοί τε καὶ πελάγιοι. κἄπειτ' αὖθις ἐπὶ τοῦ δείπνου τῆς μὲν τῶν ἰχθύων ἐδωδῆς ἀπείχετο, τῶν δ' εὐχυμοτάτων καὶ δυσφθάρτων ἐλάμβανεν, ἤτοι χόνδρον μετ' οἰνομέλιτος, ἢ ὄρνιν ἐξ ἁπλοῦ ζωμοῦ. τούτῳ μὲν οὖν τῷ τρόπῳ γηροκομῶν ἑαυτὸν Ἀντίοχος ἕως ἐσχάτου διετέλεσεν ἀπήρωτος ταῖς αἰσθήσεσι καὶ τοῖς μέλεσιν ἄρτιος ἅπασι. Τήλεφος δὲ ὁ γραμματικὸς ἐπὶ πλείονας μὲν ἐξίκετο χρόνους Ἀντιόχου, σχεδὸν ἑκατὸν ἔτη βιοὺς, ἐλούετο δὲ τοῦ μηνὸς δὶς μὲν ἐν τῷ χειμῶνι, τετράκις δὲ ἐν τῷ θέρει, τρὶς δὲ ἐν ταῖς μεταξὺ τούτων ὥραις. ἐν αἷς δ' ἡμέραις οὐκ ἐλούετο, περὶ τρίτην ὥραν ἠλείφετο μετὰ βραχείας ἀνατρίψεως. εἶτα χόνδρον ἡψημένον ἐν ὕδατι, μέλι μιγνὺς ὠμὸν ὅτι κάλλιστον,

mam usque horam perfeverabat. Ab hac tum in publico balneo fricabatur, tum vero exercitabatur aptis fcilicet feni exercitationibus; de quarum forma paulo poft agemus. Mox lotus prandebat mediocriter, primum iis fumptis, quae alvum dejiciunt, poft haec maxime pifcibus, vel quos faxatiles vocant, vel qui in alto mari degunt. Rurfus in coena pifcium efu abftinuit, fed boni fucci aliquid, ac quod non facile putrefceret, fumpfit, utique aut alicam cum mulfo, aut avem ex jure fimplici. Atque hac quidem victus ratione Antiochus in fenio ufus fenfibus illaefis membrisque omnibus integris ad extremum duravit. Telephus autem grammaticus provectiore quam Antiochus aetate fuit, ut qui centum fere annos vixerit. Is vero hyeme bis menfe lavabatur, aeftate quater, mediis harum temporibus ter. Quibus vero diebus non lavabatur, iis circa tertiam horam unctus eft cum exigua frictione; mox mel optimum crudum alicae in aqua coctae

ἤσθιε, καὶ τοῦτ᾽ ἤρκει μόνον αὐτῷ τήν γε πρώτην. ἠρίστα δὲ καὶ οὗτος ἑβδόμης ὥρας, ἢ βραχεῖ τινι θᾶττον, λάχανα μὲν πρῶτον προσφερόμενος, εἶθ᾽ ἑξῆς ἰχθύων ἢ ὀρνίθων γευόμενος. ἐς ἑσπέραν δὲ μόνον ἄρτον ἤσθιε, διαβρέχων ἐν οἴνῳ κεκραμένῳ.

Κεφ. ε΄. Ὥσπερ δὲ τοῖς παισὶν ὁ οἶνος ἐναντιώτατός ἐστιν, οὕτω τοῖς γέρουσι χρησιμώτατος. ἔστω δὲ τῶν φύσει θερμοτέρων, ὁποῖοι τῶν Ἑλληνικῶν ὁ Ἀριούσιός ἐστι καὶ ὁ Λέσβιος, καὶ ὁ καλούμενος Μύσιος, οὐκ ἐκ τῆς περὶ Ἴστρον Μυσίας, ἀλλ᾽ ἐκ τῆς Ἑλλησποντίας ὀνομαζο(270)μένης, ἥτις ἐστὶ κατὰ τὴν ἡμετέραν Ἀσίαν, ὁμοροῦσα Περγάμῳ, τῶν δ᾽ ἐκ τῆς Ἰταλίας ὅ τε Φαλερῖνος καὶ ὁ Σουῤῥεντῖνος. ἐφεξῆς δ᾽ αὐτῶν εἰσι, κατὰ μὲν τὴν Ἰταλίαν ὅ τε Τιβουρτῖνος καὶ ὁ Σιγνῖνος, ἀμφότεροι παλαιωθέντες, ὡς νέοι γε ὄντες οὔτ᾽ εἰς ἀνάδοσιν ὁρμῶσιν, οὔτ᾽ οὖρα κινοῦσιν, ἀλλ᾽ ἐπὶ πολὺ κατὰ τὴν γαστέρα μένουσι, κλύδωνας ἐργαζόμενοι· δεύτεροι δ᾽ ἐπ᾽ αὐτοῖς Ἀδριανός τε καὶ Σαβῖνος, καὶ Ἀλβανὸς, καὶ Γαβιανὸς, καὶ Τριφυλῖνος, ὅσοι

permixtum eſitabat, idque ei pro jentaculo ſatis fuit. Prandebat ſeptima hora, aut paulo citius, primum oleribus ſumptis, deinde piſcibus guſtatis, aut avibus; veſpere autem tantum panem ex vino diluto edebat.

Cap. V. Sane vinum ſicuti pueris eſt maxime adverſarium, ita ſenibus eſt utiliſſimum. Eſto autem id ex iis, quae calidioris naturae ſunt, qualia ſunt in Graecia quidem Ariuſium, et Lesbium, et quod Myſium vocant, non ex ea Myſia, quae ad Iſtrum eſt, ſed ex ea, quae Helleſpontia dicitur, quae nimirum in noſtra eſt Aſia, Pergamo vicina; ex Italicis vero Falernum et Surrentinum. Proxima his ſunt in Italia quidem Tiburtinum et Signinum, ambo vetera, quando novella nec diſtributionem alimenti adjuvant, nec urinas promovent, ſed diu in ventre fluctuantia permanent. Secundo ab his loco ſunt Adrianum, et Sabinum, et Albanum, et Gabianum, et Triphylinum; praeterea omnia Aminaea, quae in Italia

τ' Ἀμιναῖοι κατὰ τὴν Ἰταλίαν γεννῶνται, περί τε Νεάπολιν καὶ κατὰ τὴν Θούσκων γῆν. κατὰ μέν γε τὴν τοῦ Σουῤῥεντίνου δύναμιν ὁ Μύσιός ἐστι, κατὰ δὲ τὴν τοῦ Φαλερίνου τῶν Τμωλιτῶν οἱ κάλλιστοι, Σαβίνῳ δὲ καὶ Ἀδριανῷ Τιτακαζηνός τε καὶ Ἀρσυϊνὸς ἐοίκασι. τούτων οὖν μετρίως παλαιωθέντων, πίνειν χρὴ τοὺς πρεσβύτας, ὅσοι μὴ πάνυ γε κεφαλὴν ἰσχυρὰν ἔχουσιν· οἷς δ' ἰσχυρὰ, τούτοις Φαλερῖνός τε καὶ Σουῤῥεντῖνος, Ἀριούσιός τε καὶ Λέσβιος καὶ Μύσιος καὶ Τμωλίτης ἐπιτήδειοι. δῆλον οὖν, ὡς καθ' ἕκαστον ἔθνος ἐκ τῶν εἰρημένων παραδειγμάτων αἱρεῖσθαι τὸν ἐπιτηδειότατον ἕκαστος δυνήσεται, σκοποὺς ἔχων ἐπὶ τῇ τῶν γερόντων ἡλικίᾳ ἐν τῇ τῶν οἴνων δοκιμασίᾳ κατὰ μὲν τὴν σύστασιν ἀεὶ τὸν λεπτότατον αἱρεῖσθαι, κατὰ δὲ τὴν χρόαν, ὃν ὁ Ἱπποκράτης εἴωθε κιῤῥὸν καλεῖν· δύναιτο δ' ἂν καὶ ξανθὸν ὀνομάζειν αὐτόν. ἀγαθὸς δὲ καὶ ὁ ὠχρὸς, ἐν τῷ μέσῳ καθεστὼς ξανθοῦ τε καὶ λευκοῦ. [148] καὶ γὰρ εἰ βουληθείης μῖξαι τὸν ξανθὸν οἶνον τῷ λευκῷ, μικτὸν ἐξ ἀμφοῖν ὠχρὸν ἐργάσῃ, καὶ κραθεὶς μεθ' ὕδατος ξανθὸς

nafcuntur, et circa Neapolin, et in Thufcia. Caeterum Myfium Surrentino fimiles vires habet, Falerno vero, quod e Tmolitis eft optimum. Sabino et Adriano Titacazenum et Arfyinum funt fimilia. Ergo de his modice antiquatis bibendum fenibus eft, utique quibus valentius caput non eft; quibus autem eft, iis et Falernum, et Surrentinum, et Ariufium, et Lesbium, et Myfium, et Tmolites idonea funt. Ergo in omni regione ad praedicta exempla deligere fibi quisque idoneum poterit, huc videlicet omni confilio vini pro fenibus deligendi directo, ut in fubftantia fit tenuiffimum, colore, quem Hippocrates fulvum appellare folet; poterat autem et flavum id appellare. Commodum vero vinum eft et quod pallidum dicitur, utique quod medio colore eft inter flavum et album. Quippe fi flavum albo mifcere libeat, quod ex ambobus mixtum eft, pallidum evadet;

τοιοῦτος γίνεται. παρὰ δὲ τὸ πλέον ἢ ἔλαττον ὕδωρ ἐπεμβάλλειν ἐνίοτε μὲν ὠχρὸς, ἐνίοτε δὲ οἷον ὠχρόλευκος ἢ ὠχρόξανθος φαίνεται. θερμότατος μὲν, ὅσον ἐπὶ τῇ χρόᾳ, τῶν εἰρημένων οἴνων ὁ ξανθὸς, ἥκιστα δὲ θερμὸς ὁ λευκός· οἱ δ' ἐν τῷ μεταξὺ, καθ' ὅσον ἂν ἑκατέρῳ πλησιάσωσι, τῆς ἐκείνου μετέχουσι δυνάμεως. ἓν μὲν οὖν τοῦτο μέγιστον ἀγαθὸν ἐξ οἴνου τοῖς γέρουσι περιγίνεται, τὸ θερμαίνεσθαι πάντ' αὐτῶν τὰ μόρια· δεύτερον δὲ, τὸ δι' οὔρων καθαίρεσθαι τὸν ὀῤῥὸν τοῦ αἵματος. διὸ καὶ κάλλιστος ἐπὶ γερόντων οἶνος, ὃς ἂν ταῦτ' ἐργάζηται μάλιστα. τοιοῦτος δ' ἐστὶν ὁ τῇ συστάσει μὲν λεπτὸς, οὖρα γὰρ οὗτοι κινοῦσι, τῇ χρόᾳ δὲ ξανθὸς, ἴδιον γὰρ τοῦτο τῶν θερμῶν ἱκανῶς οἴνων τὸ χρῶμα. διὸ κἂν πάνυ λευκοὶ τὸ κατ' ἀρχὰς ὦσι, παλαιούμενοι προσλαμβάνουσι τινὰ ξανθότητα, δι' ἣν ὕπωχροι μὲν τὸ πρῶτον, ὕστερον δὲ τελέως ὠχροὶ γίνονται, κἂν ἐπὶ πλεῖστον ἥκωσι χρόνου, τελευτῶντες ὠχρόξανθοι φαίνονται· τελέως γὰρ οὐχ οἷόν τε τοῖς λευκοῖς οἴνοις γενέσθαι

etiam aquae admixtum flavum ejusmodi colorem reddit; verum pro majore minoreve aquae modo alias pallidum, alias veluti ex pallido albicans, vel ex pallido flavum apparet. Calidiffimum ergo ex jam dictis, fi colorem fpectes, flavum eft; minime vero calidum album; quae media inter haec funt, prout alterutri magis accedunt, ita vim ejus exhibent. Unum igitur illud maximum fenibus commodum ex vino accidit, quod omnia eorum membra calefacit; alterum, quod per urinas ferum fanguinis expurgat. Itaque etiam optimum id fenibus eft, quod haec maxime praeftat; porro id eft, quod fubftantia quidem tenue eft, (quippe urinas movet,) colore autem flavum; proprius enim is eft praecalidorum vinorum color. Itaque etiam quae valde ab initio alba funt, fi inveteraverint, flavedinem quandam contrahunt; unde primum pallidula, mox vero plane pallida fiunt. Quod fi longiffimo tempore ferventur, ex pallido flaventia cernuntur; nam ut omnino flava fiant, quae alba vina funt,

ξανθοῖς. ὅσοι δὲ τῶν ὠχρῶν ἢ ξανθῶν οἴνων παχεῖς εἰσιν, αἷμά τε γεννῶσιν οὗτοι καὶ τρέφουσι τὸ σῶμα· διὸ γένοιτ' ἄν ποτε καὶ αὐτοὶ χρήσιμοι τοῖς γέρουσι, καθ' ὃν δηλονότι χρόνον οὔτ' ὀῤῥῶδες ὑγρὸν ἔχουσιν ἐν ταῖς φλεψὶ, καὶ δέονται θρέψεως περιττοτέρας. ὡς ἐπὶ τὸ πολὺ δὲ τῶν οὐρητικῶν οἴνων χρῄζουσιν οἱ τὴν ἡλικίαν ταύτην ἄγοντες, διὰ τὸ πλεονάζειν καὶ αὐτοῖς ὑδατῶδες περίττωμα. τῶν δ' ἐπὶ πλέον ἐν τῇ γαστρὶ μενόντων οἴνων οὐδέποτ' οὐδεὶς οἰκεῖος γέροντι. τοιοῦτοι δ' εἰσὶν οἱ ἀπὸ τῆς Βιθυνίας Ἀμιναῖοι, καὶ τῶν ἀπὸ τῆς Ἰταλίας ὁ Μάρσος, καὶ Σιγνῖνος, καὶ Τιβουρτῖνος, ἔστ' ἂν ὦσι νέοι. ἀλλ' οὗτοι μὲν πάντες λευκοὶ, μέλανες δὲ ἄλλοι, καὶ παχεῖς, ὅσοι στύφουσιν, ἐν τῇ γαστρὶ μένουσι χρόνῳ πολλῷ, καὶ κλύδωνας ἐργάζονται κατ' αὐτὴν, ὥσπερ ὁ ἐν Κιλικίᾳ μὲν Συβάτης, ἐν Ἀσίᾳ δὲ Αἰγεάτης τε καὶ Περπερίνιος. ὅσοι δὲ χωρὶς τοῦ στύφειν μέλανές τε εἰσι καὶ παχεῖς, οἷος καὶ ὁ Σκυβελίτης καὶ ὁ Θηραῖος, ἧττον μὲν ἐν τῇ γαστρὶ μένουσιν, οὔρησιν δὲ οὐδ' αὐτοὶ κινοῦσιν, ἀλλ' ὑπέρχονται κάτω· διὸ καὶ προπίνου-

fieri certe nequit. Quae vero ex pallidis aut flavis vinis craffa funt, haec et fanguinem augent et corpus nutriunt; quo fit, ut ea utilia fenibus interdum fint, utique quo tempore nec ferofam humiditatem in venis habent, et ali liberalius defiderant. Plurimum tamen hac aetate iis vinis indigent, quae urinas cient, propterea quod aquofum excrementum in ipfis abundat. Quae vero diu in ventre morantur, eorum fane nullum aptum feni eft. Ejus generis funt et Aminaeum e Bithynia, et ex Italicis Marfum, et Signinum, et Tiburtinum, quoad videlicet funt novella. Verum haec omnia alba funt; nigra vero reliqua; quorum craffa, quae quidem adftringunt, ea longo tempore in ventre manent, et fluctuationes in eo excitant, veluti quod in Cilicia nafcitur Sybates, et quod in Afia natum Aegeates, et Perperinium. Quae vero circa adftrictionem nigra craffaque funt, quod genus funt Scibellites, et Theraeum; ea minus in ventre morantur, urinas tamen nec ipfa movent, fed deorfum properant.

σιν αὐτοὺς ἐδωδῆς σιτίων. ἀλλ᾽ οὐδ᾽ οὗτοι χρήσιμοι τοῖς γέρουσιν, οὔτε προπίνειν, οὔτε πολὺ μᾶλλον ἐν ἑτέρῳ καιρῷ προσφέρεσθαι, καθότι μηδ᾽ ἄλλο μηδὲν τῷ γέροντι παχύχυμον· ἐμφράττεται γὰρ ἐξ αὐτῶν ἧπάρ τε καὶ σπλὴν καὶ νεφροί· κἀντεῦθεν οἱ μὲν ὑδεριῶσιν, οἱ δὲ λιθιῶσι τῶν ἐπὶ πλέον αὐτοῖς χρησαμένων γερόντων. εἴπερ οὖν ἐθέλοι μετὰ τὸ λουτρὸν οἴνῳ χρήσασθαι γλυκεῖ τῶν πρεσβυτέρων τις, ἐδηδοκότι μὲν ἕωθεν αὐτῷ, καθότι τὸν Ἀντίοχον ἔφην πράττειν, ἄριστος ὁ Φαυστιανὸς Φαλερῖνος, ἐκείνου δ᾽ ἀποροῦντι τῶν ὁμοίων τις. ὅμοιοι δ᾽ ἂν εἶεν οἱ γλυκεῖς τε ἅμα καὶ ὠχροὶ κατὰ χρόαν· ἐφεξῆς δὲ τούτοις ὅ τε Θηραῖνος καὶ ὁ Κυριῆνος. οὐ κωλύω δὲ οὐδὲ τοῖς ἐσκευασμένοις διὰ μέλιτος οἴνοις χρήσασθαι, καὶ μάλισθ᾽ ὅσοις τῶν γερόντων ὑποψία τίς ἐστιν ἐν νεφροῖς λίθων γενέσεως, ἢ καὶ ποδάγρα τις, ἢ ἀρθρῖτις ἐνοχλεῖ. τὸν δ᾽ οἶνον ἐπὶ τῆς τοιαύτης συνθέσεως ἄριστον εἶναι Σαβῖνον ἤ τινα τῶν ὁμοίων. ἐπεμβάλλεται δὲ αὐτῷ πετροσέλινον, καὶ μόνον ἀρκεῖ τοῦτο τοῖς ἀρθριτικοῖς. ἐπὶ δὲ τῶν λιθιώντων

Itaque etiam ante cibum illa fumunt. Caeterum ea fenibus utilia non funt, nec quum praebibuntur, nec multo magis alio quovis tempore fumpta, veluti nec aliud quicquam, quod craffum efficiat fuccum; quippe obftruuntur his jecur, lien et renes. Unde fit, ut fenum, qui his liberalius utuntur, alii aqua intercute, alii calculo laborent. Si quis ergo fenum dulci vino uti a balneo velit, ubi mane comederit, ficuti Antiochum folere diximus, huic optimum Fauftianum Falernum fuerit, aut, fi ejus copia non eft, fimile aliquod. Porro fimilia fuerint quae dulcia fimul et pallida funt: proxima his funt Therenum et Cyrienum. Non vetem etiam nec iis vinis, quae melle condiuntur, fenes uti, maxime quibus fufpicio eft calculi in renibus gignendi, aut podagrae alicujus articularisve morbi impetus futuri. Porro vinum hujufcemodi compofitioni aptiffimum fuerit Sabinum aut fimile aliquod. Conjicitur autem in id petrofelinum, atque id folum articularibus fatisfaciat: iis vero, qui calculo labo-

καὶ τῆς βετονίκης τι πόας μίγνυται, καὶ κέστρου τοῦ παρὰ τοῖς Κελτοῖς γεννωμένου· καλοῦσι δὲ τὴν βοτάνην ταύτην σαξίφραγον. ἔνιοι δὲ περιεργότερον σκευάζοντες τὸ φάρμακον ἐπεμβάλλουσι καὶ νάρδοστάχυος. εἰσὶ δὲ καὶ ἄλλα τινὰ οὔρησιν κινεῖν δυνάμενα. [149] ἀλλά τό γ' ἁπλοῦν πόμα δι' οἴνου καὶ μέλιτος οἱ πολλοὶ συντιθέασι, πηγάνου τε καὶ πεπέρεως ἔχον ὀλίγον. εἰ δὲ καὶ προεδηδοκὼς εἴη, πρὶν λούσασθαι, καὶ ἡ γαστὴρ αὐτοῦ μηδεμιᾶς βοηθείας χρήζοι, τῶν λευκῶν καὶ ὀλιγοφόρων οἴνων πίνειν καὶ μετὰ τὸ λουτρόν. ὅσοι δὲ παχεῖς, καὶ γλυκεῖς, καὶ μέλανες, ὡς ἐμφράττοντας τὰ σπλάγχνα τοὺς τοιούτους ἅπαντας φεύγειν προσήκει.

Κεφ. ϛ'. Ἀλλ' αἱ μὲν ἀπὸ τῶν οἴνων ἐμφράξεις μέτριαι, τὰς δ' ἀπὸ τῶν ἐδεσμάτων, ὅσα γλίσχρον ἢ παχὺν ἐργάζεται χυμὸν, οὐ ῥᾴδιον ἰᾶσθαι. διόπερ οὐ χρὴ πλεονάζειν τοὺς γέροντας οὔτε χόνδρων, ἢ τυρῶν, ἢ ᾠῶν ἑφθῶν, ἢ κοχλιῶν, ἢ βολβῶν, ἢ φακῆς, ἢ χοιρείων κρεῶν ἐδωδῇ,

rant, etiam aliquid betonicae et ceftri, qui apud Celtas nafcitur, eft immifcendum; vocant autem herbam eam faxifragum. Qui vero curiofius id medicamentum componunt, etiam fpicae nardi aliquid injiciunt. Sunt vero et alia quaedam, quibus urinas movendi vis ineft. Verum fimplicem potionem plerique ex vino melleque conficiunt, adjecto rutae piperisque exiguo. Si vero prius, quam lotus fit, comedit quidpiam, nec venter ejus ullo auxilio eget, vinum album et quod parum aquae fuftinet, a balneo bibat. At quae craffa, dulcia et nigra vina funt, ea omnia propterea, quod obftruunt vifcera, funt fugienda.

Cap. VI. Verum obftructiones, quae ex vino contingunt, mediocres funt; quae vero ex cibis iis nafcuntur, qui fuccum craffum lentumque creant, his non facile fuccurritur. Quo magis cavendum fenibus eft a multo farris, aut cafei, aut ovorum folidorum, aut cochlearum, aut bulborum, aut lentis, aut fuillae carnis efu, multoque

πολὺ δὲ δὴ μᾶλλον ταῖς τῶν ἐγχελύων, ἢ ὀστρέων, ἢ ὅλως τῶν σκληρὰν καὶ δυσκατέργαστον ἐχόντων τὴν σάρκα. διὰ τοῦτο οὖν οὐδὲ τῶν ὀστρακοδέρμων οὐδὲν, ἢ σελαχίων, ἢ θύννων, ἢ ὅλως τῶν κητωδῶν, ἢ τῶν κρεῶν τῶν ἐλαφείων, ἢ αἰγείων, ἢ βοείων. καὶ ταῦτα μὲν οὐδ᾽ ἄλλῳ τινὶ χρήσιμα· προβάτεια δὲ νέοις μέν ἐστιν οὐ φαῦλον ἔδεσμα, γέρουσι δὲ οὐδὲ ταῦτα, καὶ πολὺ δὴ μᾶλλον ἔτι τὰ τῶν ἀρνῶν, ὑγρὰ γάρ ἐστι καὶ βλεννώδη, καὶ γλίσχρα, καὶ φλεγματώδη. τά γε μὴν τῶν ἐρίφων οὐκ ἀνεπιτήδεια γέροντι, καὶ τῶν πτηνῶν, ὅσα μὴ καθ᾽ ἕλη καὶ ποταμοὺς ἢ λίμνας διαιτᾶται. τὰ δὲ ταριχευθέντα πάντα τῶν προσφάτων ἀμείνω. χρὴ τοίνυν, ὥσπερ εἴρηται, μάλιστα μὲν ἀπέχεσθαι ἐμφραττόντων ἐδεσμάτων, εἰ δ᾽ ὑπ᾽ ἀνάγκης ποτὲ χρήσασθαι συμβαίη πλείοσιν αὐτοῖς, αὐτίκα προσφέρεσθαι τὸ διὰ τῆς καλαμίνθης φάρμακον, ὑπὲρ οὗ τῆς συνθέσεως ἔμπροσθεν εἴρηκα κατὰ τόδε τὸ τέταρτον γράμμα. μὴ παρόντος δὲ αὐτοῦ, τῷ διὰ τῶν τριῶν πεπέρεων χρηστέον. εἰ δὲ μηδὲ

magis ab anguillarum, aut ostrearum, aut denique eorum, quorum dura caro difficilisque concoctu est, usu. Ob eandem rationem nec eorum, quae testa integuntur, aut cartilagineorum, aut thunnorum, aut denique cetacei generis ullum utile his est, vel ex carnibus cervina caprinave aut bubula. An hae potius nec alii ulli sunt utiles? Ovilla vero juvenibus quidem non malus est cibus, senibus vero nec ea est commoda, atque etiam hac multo minus agnina, quippe quae humida et mucosa et glutinosa et pituitosa est. Hoedina vero sane non incommoda seni est; praeterea aves eae, quae extra paludes ac flumina stagnaque degunt. Salita vero omnia meliora recentibus sunt. Ergo, sicuti diximus, ante omnia cavendum ab iis qui obstruunt cibis est. Quod si res cogat aliquando copiosius his uti, protinus sumendum medicamentum diacalaminthes est, cujus compositionem supra in quarto posui. Ejus si copia non est, diatrionpepereon petendum. Sin ne id quidem ad manum est,

τοῦτο παρείη, κόπτοντάς τε καὶ διαττῶντας ἀκριβῶς, ὡς χνοῶδες γενέσθαι, πέπερι λευκὸν ἅμα τε τοῖς ὄψοις ἐσθίειν, ἐπιπάττειν τε τῷ ποτῷ. καὶ κρόμμυα δὲ ἐσθίειν τηνικαῦτα συμφέρει, κἂν εἰ τούτῳ σύνηθες εἴη, καὶ σκόροδον. καὶ τὴν διὰ τῶν ἐχιδνῶν ἣν καλοῦσι θηριακὴν ἀντίδοτον ἐπὶ τῶν γερόντων οὐ κακῶς χρῷτο, καὶ μάλισθ᾽ ὅταν ἐν τοῖς ἐμφράττουσιν ἐδέσμασιν αὖθις τῶν ἐκφραττόντων φθάσῃ προσενεχθῆναι· καλλίστη γὰρ ἡ ἀπὸ τοῦ θηριακοῦ φαρ-(271)μάκου βοήθεια τηνικαῦτα γίνεται. καὶ γαστρὸς ἐπὶ τοῖς τοιούτοις ὑπαχθείσης, χρησιμώτατον ἂν εἴη διδόναι τῇ ὑστεραίᾳ τὸ διὰ τῶν ἐχιδνῶν. οὐδὲν δὲ ἧττον αὐτοῦ τὴν ἀμβροσίαν τε καὶ ἀθανασίαν ὀνομαζομένην, ὅσα τ᾽ ἄλλα διὰ τῶν εἰρημένων ἀρωμάτων σύγκειται φάρμακα. τῷ γε μὴν ἀκριβῶς ἑαυτῷ προσέχοντι γέροντι φαρμάκου μὲν οὐκ ἄν ποτε γένοιτο χρεία τοιούτου· δεηθέντι δὲ ἐνίοτε λεπτυνούσης διαίτης ἀρκέσει τὰ λελεγμένα δι᾽ ἑτέρου γράμματος ἰδίᾳ, καθ᾽ ὃ περὶ τῆς λεπτυνούσης διαίτης ὁ λόγος ἡμῖν ἐγένετο.

piper album tufum cribratumque diligenter ac in pollinem redactum et cum cibis effe, et potioni infpergere, fed et caepas efitare tum expediet; quin etiam allium, fi huic affueverit. Antidotus quoque ex viperis, quam theriacen vocant, non incommode fenibus datur, potiffimum ubi poft obftruentes cibos ea, quae obftructiones liberent, ante hanc exhibueris; tunc enim efficaciffimum ex theriace praefidium expectes. Quod fi ab iftiusmodi fubducta alvus fit, utiliffime theriacen poftridie dederis. Aeque vero et quam ambrofiam, et quam athanafiam vocant, aliaque id genus medicamenta, quaecunque ex praedictis aromatis funt compofita. Seni tamen, qui accurate fibi profpexerit, nusquam tali medicamento opus erit, fed fi quando attenuante victus ratione egebit, fatisfacient, quae alio opere feorfum fcripfimus, in quo de attenuante victu differuimus.

Ed. Chart. VI. [150.] Ed. Baf. IV. (271.)

Κεφ. ζ'. [150] *Πρόδηλον δ', ὅτι καὶ τῶν ἄρτων τοὺς μήτ' ἐνδεῶς ἔχοντας ἁλῶν, ἢ ζύμης, ἢ φυράσεως, ἢ ὀπτήσεως ἐσθίειν χρὴ, μήτε τὴν ἐπαινουμένην ὑπὸ πάντων σεμίδαλιν, ἢ τὰ δι' αὐτῆς πέμματα, καὶ γὰρ δύσπεπτα πάντα, καὶ κακόχυμα, καὶ σπλάγχνων ἐμφρακτικά. καὶ εἴ γε μὴ τοῖς διὰ βουτύρου καὶ σεμιδάλεως σκευαζομένοις πλακοῦσιν ἐμίγνυτο μέλιτος δαψιλὲς, οὐδὲν ἂν ἦν ἔδεσμα πολεμιώτερον ἀνθρώποις πᾶσιν, οὐ μόνοις τοῖς πρεσβύταις. ἀλλὰ τί δεῖ τοῖς βλαβεροῖς τὸ χρήσιμον μιγνύειν, ἐνὸν αὐτῷ μόνῳ χρῆσθαι τῷ μέλιτι, τοῦτο μὲν ἀφεψοῦντα, τοῦτο δὲ σὺν ἄρτῳ λαμβάνοντα, πρὶν ἑψηθῆναι; προνοητέον δὲ τῆς κατὰ τὸν ἄρτον ἀρετῆς μᾶλλον ἢ τῆς κατὰ τὸ μέλι. βέλτιον μὲν γὰρ ἂν τὸ μέλι τοιοῦτον εἴη τὴν ἰδέαν καὶ τὴν δύναμιν, οἷον τὸ Ἀττικόν· εἰ δὲ μὴ τοιοῦτον ἔχοιμεν, ἀλλὰ παντὶ μέλιτι χρηστέον ἐστὶ πλὴν τῶν δυσωδῶν, ἢ ἐν ὅσοις αἰσθητῶς κηροῦ ποιότης ἐμφαίνεται, καὶ πολὺ δὴ μᾶλλον, εἴ τινος ἑτέρας ἀλλοκότου. τῶν δ' ἄρτων ὁ μὲν τοιοῦτος, οἷον ἀρτίως εἶπον, οὐ μόνον οὐδὲν ἀγαθὸν ἐργά-*

Cap. VII. Jam illud patere arbitror, panem quoque his exhibendum, qui nec falem, nec fermentum, nec fubactionem, nec coctionem defideret, non autem aut iftam publice laudatam fimilaginem, aut quae ex ea fiunt bellaria; quippe omnia talia non folum coctu difficilia, fed etiam mali fucci funt, vifceraque obftruunt. Ac nifi placentis, quae ex butyro et fimilagine fiunt, mel affatim effet admixtum, nullus cibus omnibus hominibus, nedum fenibus, magis effet adverfus. Caeterum quid noxiis falubria mifceas, quum liceat melle per fe uti partim cocto, partim crudo cum pane? Cura vero major habenda eft de panis bonitate quam mellis. Nam mel profecto melius fuerit, quod fpecie ac viribus Attico fit fimile; quod fi tale non datur, quolibet utare, modo ne mali odoris fit, neve cerae qualitates aperte prae fe ferat, neve praefertim qualitatem quempiam extraneam. Adeo vero panes id genus, quales modo retuli, utile quicquam fenis corpori non conferunt, ut etiam

ζεται κατὰ τὸ σῶμα τοῦ γέροντος, ἀλλὰ καὶ βλαβερώτατός ἐστι, καὶ μάλισθ' ὅταν ᾖ καθαρώτερος. ὁρῶ δὲ τοῖς ἀθληταῖς αὐτὸν ἐπίτηδες σκευαζόμενον. ἀλλ' ἐκείνοις μὲν εἰς ὅπερ ἐπιτηδεύουσιν ἁρμόττει, γέροντι δὲ, εἰ μὴ πολὺ μὲν ἁλῶν ἔχοι, πολὺ δὲ ζύμης, ὠπτημένος δ' ἀκριβῶς εἴη, παχὺν ἐργάζεται καὶ γλίσχρον χυμὸν, ὃς οὐδ' ἄλλῳ μὲν ἀγαθός ἐστιν, ἐπὶ πλέον αὐξανόμενος. ἀτὰρ οὖν οὗτος καθ' ἧπάρ τε καὶ σπλῆνα καὶ νεφροὺς ἐμφράξεις ἐργάζεται, καὶ μάλισθ' ὅτε φύσει στενότερα τῶν ἐπὶ τούτοις τοῖς σπλάγχνοις ἀγγείων ἐστὶ τὰ πέρατα· καθάπερ γὰρ ἐπὶ τῶν ἐκτὸς τούτων φλεβῶν, ἃς ἐναργῶς ὁρῶμεν, οὐ σμικρὰ διαφορὰ φαίνεται κατὰ τὸ εὖρος ἄλλου τε πρὸς ἄλλον ἄνθρωπον καὶ καθ' ἕκαστον ἐν τοῖς μορίοις, οὕτως εἰκὸς ἔχειν κἀπὶ τῶν ἔνδον. ἀλλ' οὐχ οἷόν τε γνῶναι τὴν διαφορὰν πρὸ τῆς πείρας· λέγω δὲ πεῖραν, ἣν ἐφ' ἑκάστῳ τῶν προσφερομένων ἔξεστι ποιεῖσθαι. γέροντα γοῦν τινα γεωργικὸν ἔγνωμεν, ἔτη πλείω τῶν ἑκατὸν βιώσαντα κατ' ἀγρὸν, ᾧ τὸ πλεῖον τῆς τροφῆς αἴγειον ἦν γάλα, ποτὲ μὲν αὐτίκα λαμβανόμενον, ἄρτου θρυπ-

ſint alieniſſimi, atque hoc amplius, quo ſint puriores. Video autem, athletis id genus ſtudio praeparari, verum his ad ea, quae moliuntur, aptum eſt. Seni vero, niſi multum admixtum ſit ſalis, niſi multum fermenti, niſi diligentiſſime ſit coctum, craſſum efficit ac glutinoſum ſuccum, qui nec ulli alii eſt utilis copioſius inauctus. Ergo et obſtructiones in jecinore, liene et renibus facit, maxime quibus in his viſceribus vaſorum exitus anguſtiores natura ſunt. Nam ſicut in iis venis, quae palam oculis objiciuntur, non parva amplitudinis diverſitas cernitur tum alterius hominis ad alterum, tum in unius cujuslibet partibus, ſic in iis, quae intus latent, ſe habere putandum; hanc tamen differentiam prius, quam experimento ſit explorata, internoſcere non eſt. Experientiam intelligo, quam ex eorum, quae ſumuntur, ſingulis facere licet. Novimus enim ſenem quendam agricolam, qui amplius quam centum annos ruri vitam egerat: huic plurimum nutrimenti caprinum lac erat, quod alias cum

Ed. Chart. VI. [150.] Ed. Baſ. IV. (271.)

μάτων ἐν αὐτῷ διαβρεχομένων, ἔστιν ὅτε δὲ καὶ μέλιτος ἐμίγνυε, καί ποτε ἥψει, ἐμβάλλων ἀκρέμονας θύμων ἅμα τοῖς ἄρτοις. ἀλλὰ τοῦτόν γέ τις μιμησάμενος, (ᾤετο γὰρ αἴτιον αὐτῷ τὸ γάλα τῆς πολυχρονίου ζωῆς γεγονέναι,) διὰ παντὸς ἐβλάβη καὶ κατὰ πάντα τρόπον προσφορᾶς. ἐβαρύνετο γὰρ αὐτῷ τὸ στόμα τῆς γαστρὸς, καὶ μετὰ ταῦτα τὸ δεξιὸν ὑποχόνδριον ἐτείνετο. καί τις ἕτερος, ὁμοίως ἐπιχειρήσας χρήσασθαι τῷ γάλακτι, τῶν μὲν ἄλλων οὐδὲν ἐμέμφετο, (καὶ γὰρ ἔπεττε καλῶς αὐτὸ, καὶ οὔτε ὀξυρεγμία τις, ἢ ἐρυγὴ κνισσώδης, ἢ πνευμάτωσις, ἢ βάρος ἐπεγίνετο καθ᾿ ὑποχόνδριον,) τῇ δ᾿ ἑβδόμῃ ἡμέρᾳ μετὰ τὴν ἀρχὴν ἐναργῶς ἔφη τοῦ ἥπατος αἰσθάνεσθαι βαρυνομένου, δοκεῖν γὰρ ἑαυτῷ κατὰ τὸ δεξιὸν ὑποχόνδριον ἐγκεῖσθαί τι, καθάπερ λίθον, ὡς κατασπᾶσθαί τε τὰ ἐπικείμενα καὶ μέχρι κλειδὸς ἀνήκειν τὴν τάσιν. εὔδηλον οὖν, ὅτι τούτῳ μὲν ἐνεφράττετο τὸ ἧπαρ, ἐπνευματοῦτο δὲ θατέρῳ. καὶ μὲν δὴ καὶ ἐπὶ γάλακτος χρήσει πολυχρονίῳ λίθον γεννήσαντα κατὰ τοὺς νεφροὺς οἶδα, καί τινα ἕτερον ἀπολέσαντα καὶ

mica panis in eo macerata ſtatim ſumebat, alias mel immiſcebat, alias coquebat etiam thymi cacumina una cum pane injiciens. Hunc quidam imitatus, videlicet tam longae vitae cauſam ratus in lacte ſubeſſe, perpetuo laedebatur, quocunque in modo ſumpſiſſet; nam primum illi gravabatur os ventriculi, mox illi tendebatur dextrum hypochondrium. Alius quoque ſimili modo quum lacte uti coepiſſet, de reliquis nihil eſt queſtus, quippe qui et probe id concoxit, nec acidum aut ſumidum ructum ex eo ſenſit, nec flatum, aut gravitatem in praecordiis; ſeptimo tamen ab eo quo coepit die jecur ſe ſentire manifeſte gravatum dixit, quippe videri ſibi quiddam in dextris praecordiis ceu lapidem ſubeſſe, ſic ut et deorſum traherentur, quae ſupra eſſent, et tenſio ad jugulum usque pertingeret. Conſtat itaque, huic obſtructum jecur fuiſſe, illi flatu intumuiſſe. Quin etiam novi, cui ex diuturno lactis uſu calculus in renibus eſt natus; ſicuti alium quendam, qui omnes dentes amiſit laeſitque;

βλαβέντα ἅπαντας ὀδόντας. τοῦτο μὲν οὖν καὶ ἄλλοις ἐγένετο πολλοῖς τῶν ἐπὶ γάλακτι μακρῶς διαιτηθέντων. ἀλύπως δ᾽ ἕτεροι διαπαντὸς ἐχρήσαντο τῷ γάλακτι, καὶ μετ᾽ ὠφελείας μεγίστης, παραπλησίως τῷ κατ᾽ ἀγρὸν βιώσαντι πλείω τῶν ἑκατὸν ἐτῶν, ὡς ἔφην. [151] ὅταν γὰρ ἥ τε ποιότης αὐτοῦ τῇ τοῦ χρωμένου φύσει μηδὲν ὑπεναντίον ἔχῃ, τῶν τε σπλάγχνων εὐπετεῖς αἱ διέξοδοι διὰ τὴν τῶν ἀγγείων εὐρύτητα ὦσι, τῶν μὲν ὠφελίμων ἀπολαύουσιν οὗτοι, μοχθηροῦ δ᾽ οὐδενὸς πειρῶνται. τὰ δ᾽ ἐκ τοῦ γάλακτος ἀγαθὰ λέλεκται καὶ τοῖς ἔμπροσθεν ἰατροῖς· ὑπαγωγὴ μετρία γαστρὸς, εὐχυμία τε καὶ θρέψις, οὐ βραχέα συντελούσης εἰς ταῦτα καὶ τῆς νομῆς τῶν ζώων, ὧν μέλλεις χρήσασθαι τῷ γάλακτι. καίτοι γ᾽ ἀμελοῦσιν ἔνιοι παντάπασιν τῆς νομῆς, ὡς ἤτοι μηδὲν, ἢ βραχύτατον εἰς ἀρετὴν γάλακτος συντελούσης. ἀλλ᾽ ἐναργῶς γε θεώμεθα τὰ νεμηθέντα τῶν ζώων, ὧν μέλλομεν χρήσασθαι τῷ γάλακτι, ἢ σκαμμωνίαν, ἢ τῶν τιθυμάλλων τινὸς, καθαρτικὸν ἴσχοντα τὸ γάλα. δῆλον οὖν, ὡς καὶ δριμὺ, καὶ ὀξὺ, καὶ

id vero aliis quoque multis contigit ex diutino lactis usu. Alii rursus citra noxam lacte perpetuo sunt usi, imo etiam cum maximo fructu, veluti agricola, quem supra centum annos vixisse diximus. Ubi enim non lactis qualitas utentis naturae quicquam est adversa, et viscerum transitus faciles propter venarum amplitudinem sunt, qui ita sunt affecti, ii commodis lactis fruuntur, omnis ejus incommodi expertes. Porro commoda lactis jam aliis ante me medicis dicta sunt, nempe ventris moderata dejectio, succi bonitas, et nutritio, pascuis quoque ipsis animalium, quorum lacte utendum est, non parum ad haec conferentibus; quanquam sunt qui pascuorum rationem plane pro nihilo habeant, quasi nihil parumve ad lactis bonitatem conferant. Caeterum haud dubie videmus, animalium, quorum lacte usuri sumus, si scammonia, aut tithymallo quopiam vescantur, lacti quoque laxandi vires inesse. Ex quo patet, quod ex vitioso pascuo acre, acidum et

αὐστηρὸν ἐπὶ ταῖς μοχθηραῖς ἔσται νομαῖς, ἐξομοιούμενον ἀεὶ τῇ φύσει τῆς πόας. καὶ διὰ τοῦτο καὶ τοῖς πρὸ ἡμῶν ἰατροῖς ἐκ τῆς πείρας διδαχθεῖσιν εἴρηνταί τινες ἀγάλακτοι νομαὶ, προσαγορεύουσι γὰρ οὕτως αὐτὰς, ὑπὲρ ὧν καὶ ἡμεῖς ἑτέρωθι διερχόμεθα. νῦν δ' ἀρκεῖ τό γε τοσοῦτον ἐπίστασθαι περὶ αὐτῶν, ὡς οὔτε δριμείας, οὔτ' ὀξείας, οὔτ' αὐστηρὰς πάνυ χρὴ τὰς τροφὰς εἶναι τῶν ζώων, ὧν τῷ γάλακτι μέλλομεν ὡς εὐχυμοτάτῳ χρῆσθαι. καὶ μὴν καὶ ὅτι κατὰ τὴν ἡλικίαν ἀκμάζον εἶναι χρὴ καὶ κατὰ τὴν ἕξιν τοῦ σώματος ἄμεμπτον τὸ ζῶον, εὔδηλον δήπου, κἂν ἐγὼ μὴ λέγω. κάλλιόν γε, τὸ μὲν αἶγα, τὸ δ' ὄνον εἶναι, χρῆσθαι δὲ τῷ γάλακτι παρὰ μέρος ἑκατέρου· λεπτότερον μὲν γάρ ἐστι καὶ ὀῤῥωδέστερον τὸ τῆς ὄνου, σύμμετρον δὲ τῷ πάχει τὸ τῆς αἰγός. ὥστε τοῦτο μὲν ἀνατρέφει μᾶλλον, εἰ τούτου χρεία, τὸ δ' ὄνειον ἀσφαλέστερον πάντη. καὶ γὰρ εἰ μόνον ποτὲ λαμβάνοιτο χωρὶς ἄρτου, καὶ ὑπέρχεται θᾶττον, καὶ ἥκιστά ἐστι φυσῶδες, οὐ τυροῦταί τε κατὰ τὴν γαστέρα, καὶ μάλισθ' ὅταν ἁλῶν καὶ μέλιτος προσλάβῃ.

auſterum reddetur, naturam videlicet herbarum imitatum. Itaque etiam qui ante nos medici fuerunt, ipſo rei uſu docti, quaedam paſcua lacti inepta dixerunt, ita enim ea nuncupant, de quibus ipſi quoque alibi tractavimus. Nunc hactenus ſaltem de his intellexiſſe abunde eſt, animalium, quorum veluti optimi ſucci lacte sis uſurus, neque acria, neque acida, neque admodum auſtera debere eſſe nutrimenta. Illud vero vel me tacente conſtare arbitror, animal ipſum et florente aetate eſſe et corporis habitu plane inculpato debere. Satiuſque fuerit alterum capram, alterum aſinam eſſe, earumque lacte alternis vicibus uti; quippe aſinae lac tenue ſeorſumque eſt, caprae mediocris ſubſtantiae eſt. Itaque hoc nutriet magis, ubi videlicet nutritione eſt opus, illud omnino tutius eſt. Nam et ſi quando ſine pane ſumitur, tum citius ſubducitur, tum minime eſt flatulentum; ſed nec in ventre cogitur, potiſſimum ſi prius ſalis aliquid et mellis immiſeris.

Ed. Chart. VI. [151.] Ed. Baf. IV. (271.)

χρὴ δὲ καὶ τούτου καὶ τῆς ἄλλης ἁπάσης ὕλης τῶν βοηθημάτων τὰς δυνάμεις ἰδίᾳ προμεμαθηκέναι τὸν μέλλοντα χρήσασθαι καλῶς, ἵνα μὴ πολλάκις ἀναγκαζώμεθα περὶ αὐτῶν λέγειν τὰ αὐτά. καὶ νῦν γέ μοι δοκῶ μακρότερον, ἢ ὡς τοῖς ἐνεστῶσι προσήκει, διεληλυθέναι περί τε γάλακτος καὶ οἴνων. ἄμεινον γὰρ ἦν εἰπόντα τὴν ἐξ αὐτῶν ὠφέλειαν τοῖς γέρουσι γινομένην ἐπὶ τὴν τῆς ὕλης ἐκλογὴν ἀποπέμψαι τὸν ἤδη μεμαθηκότα τάς τε κοινὰς δυνάμεις καθ' ἑκάτερον αὐτῶν καὶ τὰς ἐν μέρει διαφοράς, ἐπὶ μὲν τῶν οἴνων εἰπόντα τὰς διαφοράς, τοὺς θερμοτέρους τε καὶ οὐρητικωτέρους ἀμείνους εἶναι τοῖς γέρουσι, ἐπὶ δὲ τοῦ γάλακτος, ὡς οὐδὲ πᾶσι δοτέον, ἀλλὰ μόνοις, ὅσοι γε πέττουσιν αὐτὸ καλῶς, καὶ συμπτώματος οὐδενὸς αἰσθάνονται κατὰ τὸ δεξιὸν ὑποχόνδριον. ἐπεὶ δ' ἔστιν ὅτε διὰ τὴν πολλῶν ὀλιγωρίαν, οὐχ ὑπομενόντων ἀναγινώσκειν τὰ βιβλία, δι' ὧν ἐπὶ πλέον ὑπὲρ τῆς τῶν βοηθημάτων ὕλης λέλεκται, μηκύνειν ἀναγκαζόμεθα πολλάκις, εἰκότως τις ἂν ἡμῶν καὶ νῦν συγγνοίη τῷ τρόπῳ τῆς διδασκαλίας, οὐ κατὰ τὴν ἀκριβῆ

Oportet autem non huius modo, fed etiam reliquae omnis auxiliorum materiae vires feorfum prius didiciffe eum, qui ipfis recte fit ufurus, ne faepe nobis de ipfis eadem repetere fit neceffe. Ac nunc certe mihi videor longius, quam pro re propofita, de lacte vinoque disputaffe. Siquidem praeftitiffet, commoditate eorum in fenes explicata, qui iam tum facultates utriusque communes, tum privatas differentias didiciffet, hunc ad materiae delectum remittere; fuper vini quidem differentiis dicere, quae calidiora, quaeque plus urinarum movent, ea fenibus magis conducere; de lacte vero, quod non omnibus fit exhibendum, fed iis folis, qui id probe concoquant nec ullum ex eo fymptoma in dextra praecordiorum parte fentiant. Sed quoniam interdum propter multorum ad legendos eos libros, in quibus prolixius de praefidiorum materia differitur, faftidium longiores esse fubinde cogimur, merito, ut arbitror, nunc quoque condonabitur nobis tractationis

Ed. Chart. VI. [151. 152.] Ed. Baf. IV. (271. 272.)

βραχυλογίαν ἐπὶ ταῖς καθόλου μεθόδοις προερχομένης. (272) ἰστέον γε μὴν, ὡς ἀδύνατόν ἐστιν ἀμέμπτως χρήσασθαι ταῖς γραφομέναις ὕλαις ἐκ μόνων τῶν τοιούτων λόγων, οἵους καὶ νῦν εἶπον ὑπὲρ οἴνου τε καὶ γάλακτος. ἀλλὰ χρὴ τὸν ἄριστα μεταχειριούμενον αὐτὰς ἰδίᾳ πρότερον ὑπὲρ ἑκάστης μεμαθηκέναι τὸν οἰκεῖον λόγον, ἐν ᾧ τήν τε κοινὴν τῆς ὕλης δύναμιν ἐπισκεπτόμεθα καὶ τὰς κατὰ μέρος ἐν αὐτῇ διαφορὰς ἄχρι τῶν ἐσχάτων εἰδῶν. οὐδὲ περὶ τῶν ἄλλων ἁπάντων, ὅσα χρὴ γινώσκεσθαι τῷ μέλλοντι προνοήσασθαι γέροντος, ἄμεινον ἐν τῇδε τῇ πραγματείᾳ διέρχεσθαι μακρῶς, ἀλλ' ἀρκεῖ, περὶ μὲν ἐνίων, ὅσα μάλιστά ἐστι χρήσιμα τοῖς πρεσβύταις, οὕτως εἰπεῖν, [152] ὡς νῦν εἴρηται περὶ γάλακτος καὶ οἴνου, περὶ δὲ ἐνίων ἔτι βραχύτερον ἢ κατὰ ταῦτα διελθεῖν, ὥσπερ γε καὶ περὶ ἄλλων ὅλως μηδὲν εἰπεῖν· καίτοι τῷ γε μηκύνειν βουλομένῳ δυνατόν ἐστι ἁπάντων μνημονεῦσαι, ὅσα πλεονάζει τοῖς γέρουσιν, ὧδέ πως λέγοντι.

modus, fi exacta brevitate in univerfali methodo minime utimur. Illud tamen non ignorandum, fieri non poffe, ut tuto quis comprehenfis materiis ex huiufmodi folum doctrina utatur, qualem modo de lacte vinoque tradidimus. Imo, qui his optime uti volet, didiciffe hunc prius oportet propriam de omni materia tractationem, in qua tum publicas materiae vires aeftimavimus, tum privatas ejus differentias usque ad ultimas fpecies. Neque enim de caeteris omnibus, quae fcire opus eft ei, qui fenis fanitatem tutabitur, expedit hoc opere fuse tractare, fed fatis eft de quibusdam, fcilicet quae fenibus maxime funt neceffaria, ita determinaffe, quemadmodum paulo ante de lacte vinoque egimus, de quibusdam etiam brevius quam de his verba facere, ficuti rurfus de aliis in totum nihil dixiffe; quanquam, cui extendere fermonem cordi eft, poteft omnium, quae in fenibus abundare folent, meminiffe atque ad hunc modum dicere.

Κεφ. η'. Κάλλιον δὲ καὶ περὶ τῶν ἄλλων διελθεῖν, ὅσα τοῖς πλείστοις τῶν γερόντων γίνεται· βράγχοι, καὶ κόρυζαι, καὶ λίθων γενέσεις ἐν νεφροῖς, ἀρθρίτιδές τε καὶ ποδάγραι, καὶ ἄσθματα, καὶ τἄλλα ὅσα τοιαῦτα. πρὸς μὲν οὖν τοὺς βράγχους τε καὶ τὰς κορύζας δίαιταν μὲν τήνδε, φάρμακα δὲ τάδε προσφέρεσθαι χρή· πρὸς δὲ τὰς τῶν λίθων γενέσεις ταῦτα. καθ' ἕκαστον τῶν ἄλλων οὕτως ἐπερχόμενος ἐπιμελής εἶναί τις δόξει καὶ περιττὸς εἰς ἐπιστήμην γηροκομικήν. ἀλλ' ὥσπερ οὐδὲν τούτων χρὴ γράφειν ἐν συγγράμματι γηροκομικῷ, μεταφέρειν γε δυναμένων αὐτὰ τῶν γεγυμνασμένων ἐν ταῖς τῶν νοσημάτων θεραπείαις, οὕτως αὖ πάλιν οὐδ' ἐπὶ μόνοις τοῖς κοινοῖς παύεσθαι, προειπόντα δ' αὐτὰ προστιθέναι τινὰ τῶν κατὰ μέρος, ἃ μάλιστ' ἐστὶν οἰκεῖα τῷ προκειμένῳ σκέμματι, καθάπερ ἡμεῖς ἐποιήσαμεν. ἐπειδὴ γὰρ ἐδείχθη τὸ γῆρας ἐν τοῖς περὶ κράσεων ὑπομνήμασιν ὁμολογουμένως εἶναι ψυχρὸν, οὐχ ὁμολογουμένως δὲ ξηρὸν, ἐνίων ὑγρὸν αὐτὸ φάντων εἶναι,

Cap. VIII. Caeterum satius eft et de reliquis dicere, quae fenum plerisque contingunt, ut funt raucedines, et gravedines, et calculus in renibus, et arthritides, et podagrae, et afthmata, aliaque id genus. Atque ad raucedines quidem et gravedines victus rationem hanc, medicamenta vero haec comparare oportet; ad calculum vero et reliquorum fingula haec. Atque ad eum modum de reliquis differens, non diligens modo videbitur, fed etiam in fenum curandorum fcientia doctus. Verum ficuti nec horum quicquam fcribi in tractatione de fenum curatione convenit, quum praefertim ex morborum curandorum methodo, quisquis in hac fit exercitatus, ea liceat fumere, ita rurfus nec quum fola communia dixeris, ibi quiefcere, fed ipfis propofitis aliqua mox ex particularibus fubjicere, quae maxime propofitae difputationi funt accommoda, ceu ipfi fecimus. Nam quoniam in iis commentariis, quos de temperamentis fcripfimus, indicatum eft, fenium indubitato frigidum effe, non tamen indubitato ficcum,

προσήκει δήπου λαβόντας ὑπόθεσιν εἰς τὸ γηροκομικὸν μέρος τῆς τέχνης, ὃ νῦν ἡμῖν πρόκειται, τὰ δειχθέντα περὶ τῆς κράσεως αὐτοῦ, τὸν μὲν σκοπὸν αὐτῶν τῶν πραγμάτων ἀπ᾽ ἐκείνης λαβεῖν, ἐπελθεῖν δ᾽ ἔνια τῶν κατὰ μέρος, τὰ μὲν ἕνεκα τοῦ γυμνάσαι τὸν μαθητὴν, τὰ δ᾽ ὡς παραδείγματα πρὸς τὴν τῶν οὐκ εἰρημένων εὕρεσιν γενησόμενα, διὰ τὸ μὴ πάντας οὕτως εἶναι συνετοὺς, ὡς ἐκ μόνου τοῦ καθόλου γνωσθέντος εὑρίσκειν τὰ κατὰ μέρος, ἀλλὰ τοῦ ποδηγήσοντος ἐπ᾽ αὐτὰ προσδεῖσθαι. γεγυμνασμένος γάρ τις τὸν λογισμὸν, ἀκούσας τὸ τοῦ γέροντος σῶμα κατὰ μὲν αὐτὰ τὰ μόρια ψυχρὸν καὶ ξηρὸν, ἐμπίπλασθαι δὲ ῥᾳδίως ὀῤῥωδῶν τε καὶ φλεγματωδῶν περιττωμάτων δι᾽ ἀῤῥωστίαν τῆς δυνάμεως, ἐξοχετεύειν μὲν ταῦτα πειράσεται, τὰ στερεὰ δ᾽ αὐτὰ τοῦ σώματος μόρια θερμαίνειν τε καὶ ὑγραίνειν. ὅσοι δ᾽ ἐκ τοῦ τῶν περιττωμάτων πλήθους ἀπατηθέντες ἀδιορίστως ἀπεφήναντο, τὴν τῶν γερόντων κρᾶσιν ὑπάρχειν ὑγρὰν, οὗτοι περὶ τὸν πρῶτον εὐθέως ἐσφάλησαν σκοπὸν,

utpote nonnullis id humidum esse affirmantibus, convenit sane, ut, iis, quae de senum temperamento demonstrata sunt, ad hanc artis partem, quam de ipsorum regimine nunc instituimus, hypotheseos loco acceptis, ipsarum rerum scopum ab illa sumamus, ac nonnulla particularium tractemus, partim exercendi discentis causa, partim ad inventionem eorum, quae consulto omissa sunt, futura veluti exempla, propterea quod non omnes ita sunt solertes, ut ex solo universali percepto ipsi particularia inveniant, sed, qui ad ea veluti manu ducat, desiderent. Quippe quibus exercitata ratiocinatio est, ubi senis corpus, quantum ad ipsas partes attinet, frigidum siccumque esse audierint, facile autem serosis et pituitosis excrementis ob virium infirmitatem impleri, haec quidem conabuntur emittere, solidas autem ipsas calefacere atque humectare. Verum qui excrementorum copia decepti indefinite pronunciarunt, senum temperamentum esse humidum, ii protinus in ipso primo agendorum consilio falluntur, dum senum

ἡγούμενοι χρῆναι ξηραίνειν τὰ πρεσβυτικὰ σώματα. τῶν τε οὖν ἐδεσμάτων ὅσα ξηραντικὰ, διδόασι μᾶλλον, οἷον ἐν μὲν τοῖς λαχάνοις τὴν κράμβην πρὸ τῆς μαλάχης καὶ βλίτου, καὶ τοῦ λαπάθου, καὶ τῆς ἀτραφάξυος, καὶ τῆς θριδακίνης, ἐν δὲ τοῖς ὀσπρίοις τὴν φακῆν πρὸ τῆς πτισάνης, καὶ τὸν κέγχρον πρὸ τοῦ κυάμου, καὶ τὸν ἔλυμον πρὸ τῆς ζειᾶς, ἐν δὲ τοῖς καρποῖς ἀμύγδαλα· καὶ τερμίνθου σπέρμα μᾶλλον, ἢ κολοκύνθης τε καὶ σικύων πέπονα, καὶ κοκκύμηλα, καὶ μόρα, κρεῶν δὲ τὰ τῶν ἀγρίων ζώων μᾶλλον, ἢ τὰ τῶν ἡμέρων, καὶ τὰ ταριχηρὰ τῶν προσφάτων, ἐν ὅλη τε τῇ διαίτῃ φεύγουσι μὲν, ὧν ἡ δύναμις ὑγρὰ, προαιροῦνται δὲ διδόναι τὰ ξηραίνοντα. καίτοι γε τοὐναντίον ἅπαν ἐστὶν ἀληθὲς, ὠφελουμένων ἐναργῶς τῶν γερόντων ὑπὸ τῶν ὑγραινόντων ἐδεσμάτων. [153] ἐπεὶ δ' ἐξ αὐτῶν ἔνια ψυχρὰ ταῖς κράσεσίν ἐστιν, καὶ διὰ τοῦτο φλέγμα γεννῶσιν ἐν τῇ γαστρὶ καὶ κατὰ τὰς πρώτας φλέβας, ἐντεῦθεν οὖν ἔδοξαν εἶναι βλαβερὰ τοῖς μήτε τὴν ὅλην κρᾶσιν ἐπισταμένοις τῶν γερόντων, μήτε τὸ κεφάλαιον τῆς διαίτης

corpora ſiccanda putant. Itaque ex cibis eos potius, qui ſiccant, exhibent, veluti ex oleribus braſſicam potius, quam malvam, aut blitum, aut lapathum, aut atriplicem, aut lactucam, et ex leguminibus prae ptiſana lentem, et prae faba milium, et prae zea panicum, ex fructibus amygdalas et terebinthi ſemen potius, quam cucurbitas, et cucumeres maturos, et pruna, et mora, jam ex carnibus eas, quae ferarum ſunt, potius, quam cicurum, et ſalitas potius, quam recentes. In tota denique victus ratione, quorum vis humida eſt, haec fugiunt, quorum ſicca eſt, haec amplectuntur; quanquam contra prorſus res ipſa poſtulat, quum proſint his manifeſte humectantes cibi. Verum quoniam horum etiam frigidi quidam temperamenti ſunt, proindeque pituitam in ventre illico gignunt ac primis venis, hinc videlicet noxii ſunt viſi iis, qui nec univerſum ſenum temperamentum noverunt, nec caput victus eorum ordinandi vident, quippe nec dulcis

ὁρῶσιν· οὔτε γὰρ ἔλαιον αὐτοὺς, οὔτε λουτρὰ θερμὰ ποτίμων, οὔτ᾽ οἴνου πόσις ὠφελεῖ, μὴ δεομένους ὑγραίνεσθαι. καὶ μὴν καὶ τὸ μέτρια κινεῖσθαι καὶ τὸ χρήζειν ὕπνων ἱκανὰ μαρτύρια τοῦ σκοποῦ τῆς διαίτης. ὥστε καὶ εἴποτε, φλέγματος γεννηθέντος, ἐξ ἀνάγκης ἑλοίμεθά τι τῶν τεμνόντων αὐτὸ, μετιέναι χρὴ ταχέως ἐπὶ τὴν ὑγραίνουσαν δίαιταν. οὕτως δὲ κἂν δι᾽ ὑποψίαν ἐμφράξεως ἐπί τι τῶν ἐκφραττόντων ἐδεσμάτων ἢ φαρμάκων ἀφικώμεθα, οὐδὲ τὰ θρέψοντα τῶν σιτίων ὑγρᾶς εἶναι κράσεως οὐ χρὴ παντάπασιν οὐδὲ κατ᾽ ἐκείνην αὐτὴν ἀποστῆναι τὴν ἡμέραν, πολὺ δὲ δὴ μᾶλλον ἐπὶ τῆς ὑστεραίας ἔχεσθαι προσήκει τοῦ σκοποῦ, τόν τε χόνδρον ἅμα τῷ μέλιτι διδόντας, ἢ ὄξους τι αὐτῷ μιγνύντας, ὅταν ὡς πτισάνην σκευάζωμεν, δι᾽ οἰνομέλιτος ἢ οἴνου Φαλερίνου προσφέρεσθαι κελεύοντας, ἢ τῷ γάλακτι χρωμένους, ὡς προεῖπον, ἢ πτισάνην καλῶς ἑφθὴν, πεπέρεως ἀκριβῶς χνοώδους ἐπεμβάλλοντας. οὕτως δὲ καὶ πέπειρα σῦκα πρὸ τῆς ἄλλης ὀπώρας αἱρετέον ἐστὶν, καὶ κατὰ τὸν χειμῶνα τὰς ἰσχάδας, ἄρτον τε παρεσκευασμένον, ὡς εἶπον,

aquae calens balneum, nec vini potio his profit, fi humectationis non indigent. Jam quod moderato motu et fomno indigeant, fatis magna documenta funt, quo victus eorum dirigi confilium debeat. Quare, fi quando propter pituitam genitam cogimur aliquid ex iis, quae ipfa incidant ac diffecent, petere, revertendum fine mora ad humectantem victum eft. Pari modo, fi quando propter obftructionis fufpicionem ad cibos medicamentave, quae obftructos meatus liberent, convertimur: quominus tamen humidi temperamenti cibi fint, nec illo ipfo die committendum, multoque magis poftero die eidem propofito haerendum, ac alicam cum melle exhibendam; acetique aliquid ei mifcendum, utique quum ptifanae ritu praeparamus, ex mulfo vinove Falerno fumere jubendum; aut lacte, ut praedixi, utendum, aut ptifana bene coacta, quae piperis pollinem accepit. Ita vero et maturi fici prae caeteris fructibus autumnalibus funt eligendi, hyeme vero caricae; panis quoque ita, ut dixi,

ἢ μετὰ μέλιτος, ἢ μετ᾽ οἰνομέλιτος, ἢ μετά τινος οἴνου τῶν ἐπιτηδείων. ὡς παραδείγματα γὰρ ἕνεκα σαφηνείας λέγεται αὐτὰ τάδε πρὸς τὸ καὶ τοὺς ἀναγνόντας αὐτὰ δύνασθαι κρίνειν τὴν ὕλην ὁμοίως ἀποβλέποντας εἰς τὸν καθόλου σκοπὸν, ὃν ἐν τῷ θερμαίνειν τε καὶ ὑγραίνειν ἔφην κεῖσθαι.

Κεφ. θ'. Ὅτι δὲ τά τε φλεγματώδη καὶ ὀῤῥώδη περιττώματα κατὰ τὸ τῶν πρεσβυτέρων ἀθροίζεται σῶμα, τήν τε οὔρησιν ἐφ᾽ ἡμέρᾳ προτρέπειν χρὴ, μὴ διὰ τῶν φαρμακωδῶν, ἀλλὰ σελίνῳ, καὶ μέλιτι, καὶ οἴνοις οὐρητικοῖς, ὑπάγειν τε τὴν γαστέρα, δι᾽ ἐλαίου μάλιστα, καταῤῥοφοῦντας αὐτὸ πρὸ τῶν σιτίων. εὔδηλον δὲ, ὅτι καὶ τὰ λαχανώδη πάντα πρὸ τῶν ἄλλων σιτίων ἐσθίειν χρὴ δι᾽ ἐλαίου τε καὶ γάρου. τὸ μὲν οὖν ἐφ᾽ ἡμέρᾳ διά τε τούτων ἱκανῶς ἐνίοις ἡ γαστὴρ λαπάττεται, καὶ σύκων, ὁπότ᾽ εἴη, καὶ κοκκυμήλων, ὅσα τ᾽ ἄλλα κατὰ θέρος καὶ φθινόπωρον ἀκμάζει, χειμῶνος δὲ διά τε τῶν ἰσχάδων καὶ τῶν Δαμασκηνῶν κοκκυμήλων, ἤτοι γ᾽ ἑψημένων, ἢ ἁπλῶς διαβεβρεγμένων ἐν μελικράτῳ, τὸ πλέον ἔχοντι μέλιτος. ἔσται δὲ τοῦτο κάλλιον, ἐὰν Ἀττικὸν ᾖ τὸ μέλι. πολύ γε τῶν Δαμασκηνῶν

praeparatus, aut cum melle, aut cum mulso, aut cum vino aliquo idoneo. Veluti enim exempla claritatis cauſa haec apponimus, ut, qui perlegerit, ad univerſalem ſcopum, quo calor humectatioque petuntur, intentus judicare de materia ſimili modo queat.

Cap. IX. Quoniam autem tum pituitoſum, tum ſeroſum excrementum in ſenum corporibus colligitur, et urinas moveri quotidie convenit, non tamen per pharmaca, ſed apio, et melle, et vinis, quae id praeſtare valeant, et alvum ſolvere, potiſſimum oleo ante cibum abſorpto, ſed et oleribus ex oleo garoque ante cibum aſſumptis. Ac quotidie quidem tum per haec abunde alvus quibusdam ſolvitur, tum ex ficis, utique quum hi habentur, et prunis, ac aliis id genus, quae aeſtate autumnoque vigent, hyeme vero et caricis, et prunis Damaſcenis, iisque aut elixis aut in mulſo, cui pluſculum inſit mellis, maceratis, eritque id melius, ſi mel Atticum ſit. Longe

ὑπακτικώτερα τὰ ἀπὸ τῆς Ἰσπανίας ἐστί. καὶ τῶν ἐλαιῶν δὲ τῶν ἐκ τῆς ἅλμης ἐγχωρεῖ ποτε προλαμβάνειν. οὐ μὴν ἀλόην γε συμβουλεύω προσφέρεσθαι, καθάπερ ὁρῶ πολλοὺς τῶν γερόντων, ὅσοις ἡ γαστὴρ ξηρά. τινὲς μὲν ἀναπλάττοντες εἰς καταπότια καὶ χυμῷ κράμβης· ἔνιοι δὲ καὶ μόνης αὐτῆς λείας ἐπιπάττοντες ὑγρῷ τινι, καὶ γὰρ καὶ τοῦτο τισὶ μὲν ὕδωρ ἐστὶ, τισὶ δὲ μελίκρατον· ὅσοι δ᾽ ἐξ αὐτῶν πλούσιοι, τὴν μετὰ τοῦ κινναμώμου σκευαζομένην ἀλόην λαμβάνουσιν. ὀνομάζουσι δὲ τὸ φάρμακον ἔνιοι μὲν ἱερὰν τὴν δι᾽ ἀλόης, ἔνιοι δὲ πικράν. ἔχουσι δέ τινες ξηρόν, ὡς ἐπιπάττειν τῷ ποτῷ· τινὲς δὲ μετὰ μέλιτος (273) ἀνέφθου μετρίως ἀνειλημμένου. [154] ἀλλ᾽ οὐδενὸς τούτων ἐστὶ χρεία τοῖς γέρουσιν, ὅτι μὴ μεγάλης ἀνάγκης καταλαβούσης. ὑπακουούσης μὲν γὰρ τοῖς εἰρημένοις τῆς γαστρὸς, εἰ καὶ μὴ καθ᾽ ἑκάστην ἡμέραν, ἀλλὰ παρὰ μίαν, οὐδὲν ὅλως χρὴ φαρμακῶδες προσφέρειν· εἰ δὲ μὴ διὰ τρίτης ὑπέλθοι, δυοῖν ἡμερῶν ἐπισχεθεῖσα, τηνικαῦτα καὶ λινόζωστις αὐτάρκης ἐστὶ, καὶ ἡ καλουμένη θαλασσοκράμβη, καὶ κνῖκος ἐπὶ πτισάνῃ διδόμενος, ὅσα τ᾽ ἄλλα μετρίως φαρμακώδη, καθάπερ οὖν καὶ ἡ τερμινθίνη ῥητίνη. λαμβά-

autem ad dejiciendam alvum Damafcenis Hifpana praeftant. Quin olivas ex muria praefumere aliquando licet. Aloën vero, quod multos fenum, quibus ficcus venter eft, facere video, haudquaquam fumi fuaferim. Hanc alii in pilulas fingunt cum braflicae fucco, alii tantum pulverem ejus alicui infpergunt liquori, qui aliis aqua eft, aliis mulfum. Divites eam, quae cum cinnamomo conficitur, accipiunt; medicamentum id alii hieram dialoës, alii amaram vocant. Habent vero id alii fuccum, quo potioni infpergant, alii melle modice exceptum non cocto. Verum nullo horum fenibus eft opus, nifi major aliqua neceflitas urgeat; quippe fi jam comprehenfis alvus folvitur, etfi non quotidie, faltem alternis diebus, nullum plane medicamentofum dari debebit. Quod fi biduo adftrictus venter tertio die non folvitur, fat eo tempore fuerit mercurialem herbam, et dictam marinam braflicam et cnicum in ptifana, aliaque, quae modice medicamentorum vim obtinent, dedifle; fimiliter et terebinthi refinam. Sumi-

νουσι δὲ αὐτῆς ἐνίοτε μὲν καρύου Ποντικοῦ μέγεθος, ἐνίοτε δὲ καὶ δυοῖν, ἢ τριῶν, οὐ μόνον γὰρ ἀλύπως λαπάττειν πέφυκεν, ἀλλὰ καὶ τὰ σπλάγχνα πάντα διαῤῥύπτειν, ἧπαρ καὶ σπλῆνα καὶ νεφροὺς καὶ πνεύμονα. ποικίλως δὲ χρῆσθαι δεῖ τοῖς εἰρημένοις, οὐχ ἓν ἐπιλεξαμένους ἐκεῖνο μόνον προσφέρεσθαι· συνήθης γὰρ ἐν τῷ χρόνῳ τοῦ λαμβάνοντος ἡ φύσις αὐτῶν γινομένη καταφρονεῖ τῆς τοῦ φαρμάκου δυνάμεως. ὑπαλλάττειν οὖν χρὴ τοῖς εἰρημένοις, καὶ πρὸς αὐτοῖς τὸ διὰ τῶν ἰσχάδων σκευαζόμενον· ἔστωσαν δὲ λιπαραὶ, καὶ ἀφαιρείσθω τὸ περικείμενον αὐταῖς ἔξω δέρμα· κατὰ τὸν αὐτὸν δὲ τρόπον καὶ τοὺς κνίκους, εἶτ᾽ ἄμφω μιγνύμενα κοπτέσθω. τῷ σταθμῷ δ᾽ ἔστω παραπλησία τοῦ κνίκου ἡ ἰσχάς. ἔξεστι δὲ κἀνταῦθα πειρωμένους τοῦ φαρμάκου, ὡς ἔχει πρὸς τὴν τοῦ λαμβάνοντος φύσιν, ἐνίοτε μὲν ἔλαττον, ἐνίοτε δὲ πλέον μιγνύναι τοῦ κνίκου. λαμβάνειν δὲ τὸ μέγεθος ἰσχάδων δυοῖν ἢ τριῶν. ἐξ αὐτῆς δὲ, ὡς εἶπον, τῆς πείρας ἑαυτῷ τις εὑρήσει τὸ μέτρον ἐπὶ τῶν τοιούτων ἁπάντων· ἐνίοις μὲν γὰρ μᾶλλον, ἐνίοις δ᾽ ἧττον

tur autem aliquando nucis Ponticae magnitudine, aliquando duarum triumve; quippe non modo alvum folvere citra noxam poteft, fed etiam vifcera omnia, jecur, lienem, renes pulmonemque abftergere. Porro iis, quae praediximus, varie uti expediet, neque uno tantum delecto, id perpetuo exhibere; cui namque affuefacta temporis fpatio fumentis natura fuerit, ejus vim contemnet. Ergo variare vices tum praedictis oportet, tum vero eo medicamento, quod ex caricis conficitur. Sunto hae pingues, auferaturque ipfis ea quae foris obducitur pellis; pari modo et cnico; mox ambo fimul tundantur. Efto autem et carica cum cnico pari pondere. Licebit vero hic quoque medicamentum experiri, ac prout fe ad fumentis naturam habet, alias plus, alias minus cnici immittere, fumere vero duarum triumve caricarum magnitudinis modum. Ex ipfa vero (ut dixi) experientia inveniet fibi ipfi quis talium omnium legitimum modum, quum venter aliis magis, aliis minus medicamentis fit obe-

ὑπακούσει τοῖς φαρμάκοις ἡ γαστήρ. ἀλλ᾿ ἱκανῶς γε δαψιλὲς οὐδέν ποτε χρὴ τῶν εἰρημένων φαρμάκων. ἐν μὲν γὰρ τῷ παραχρῆμα χαίρουσιν ἔνιοι σφοδρῶς κενωθέντες, ὅσῳ δ᾿ ἂν μᾶλλον κενωθῶσι, τοσούτῳ μᾶλλον αὐτοῖς ἡ γαστὴρ ἴσχεται κατὰ τὰς ἐφεξῆς ἡμέρας. διὰ τοῦτο δ᾿ ἐγὼ καὶ τοὺς ἐν νόσοις χρονίαις τὴν κοιλίαν ἐπεχομένους, ὁποῖαι μάλιστα κατὰ χειμῶνα γίνονται πολλοῖς, καὶ μετὰ μακρὰν ἀῤῥωστίαν ἐν ταῖς ἀναλήψεσιν ὁμοίως ἐνοχλουμένους οὐ κλύζω δριμέσι κλύσμασιν, ἀλλ᾿ ἔλαιον ἐνίημι μόνον. ὅπερ οὐδὲν κωλύει καὶ τοῖς ὑγιαίνουσιν ἐγχεῖν ἐνίοτε, τῆς γαστρὸς ἐπισχεθείσης, καὶ γὰρ διαβρέχεται τὰ σκληρὰ τῶν περιττωμάτων, καί τις ὄλισθος ἐν τῇ διόδῳ γίγνεται, καὶ τὸ σῶμα τῶν γερόντων αὐτὸ μαλάττεται, ταῖς σκληραῖς ὁμοίως διφθέραις ἐσκληρυμμένον. ἀλλ᾿ οὐδὲ ταῦτα τοῦ γέροντος, ᾗ γέρων ἐστὶν, ἴδια, καὶ γὰρ καὶ τοῖς ἐκ νοσημάτων μακρῶν ἀνακομιζομένοις συμφέρει. τί τοίνυν ἴδιόν ἐστι τοῦ γέροντος, ᾗ γέρων ἐστί; τὸ τῇ κράσει συμφέρον. αὕτη γάρ ἐστι, δι᾿ ἣν καὶ γηρῶμεν, ἄλλος ἐν ἄλλῳ χρόνῳ, πρωϊαίτερον ἢ ὀψιαίτερον,

diens. Caeterum nullum eorum quae dicta funt medicamentorum exhiberi admodum copiofe debebit. Siquidem nonnulli in praefens gaudent, fi copiofius defederint; verum quanto magis funt vacuati, tanto his venter fequentibus diebus magis adftringitur. Quo fit, ut ipfe, fi qui funt, quibus in diuturnis morbis venter fiftitur, (quales potiffimum hyeme contingunt,) quibusque poft longam infirmitatem in convalefcentia fimilis affectus incidit, iis alvum ducam non acribus per inferiora infufis, fed tantum oleo. Quod etiam fanis, ubi venter adftringitur, fecurus interdum infundas, quippe quo et ficcius excrementum madefcit, et tranfitus efficitur lubricus, et corpus ipfum fenis emollitur, duris alias pellibus fimiliter rigens. Non tamen funt haec fenis, qua fenex eft, propria; quippe quum etiam fint iis, qui a longis morbis convalefcunt, utilia. Quid igitur proprium eft fenis, qua fenex eft? nempe quod temperamento ejus conducit. Id enim eft, cujus culpa fenefcimus, alius alio tempore, ci-

ὡς ἂν καὶ τῆς φύσεως ἔχωμεν ἐξ ἀρχῆς, ἢ ἐπιτηδεύματος, ἢ διαίτης, ἢ νόσου, ἢ φροντίδος, ἤ τι τοιοῦτον ξηρανθέντες ἀμετρότερον τύχωμεν. ἔστι μὲν γὰρ, ὅ γε κυρίως ἅπαντες ἄνθρωποι γῆρας ὀνομάζουσιν, ἡ ξηρὰ καὶ ψυχρὰ κρᾶσις τοῦ σώματος, ἐκ πολυετείας γινομένη. συμβαίνει δέ ποτε καὶ διὰ πυρετῶδες νόσημα, καὶ καλοῦμεν αὐτὸ ἐκ νόσου γῆρας, ὡς ἐν τῷ περὶ μαρασμοῦ λέλεκται γράμματι· μαρασμὸς γάρ τοι καὶ ἡ τοιαύτη διάθεσίς ἐστιν, οὐκ ἐν ζώοις μόνον, ἀλλὰ καὶ φυτοῖς γιγνομένη. γέγραπται δὲ κατὰ τὸ πρῶτον βιβλίον τῆσδε τῆς πραγματείας ἡ ἀναγκαία τοῦ γήρως γένεσις. ἔκ τε οὖν ἐκείνων κἀξ ὧν ἐν τοῖς περὶ κράσεων εἴρηται, καὶ προσέτι τοῦ περὶ μαρασμοῦ γράμματος εὐπορώτερος δή τις εἰς τὸ γηροκομικὸν μέρος τῆς τέχνης ἂν γενηθείη.

Κεφ. ί. [155] Σύγκειται γὰρ ἅπασα πρόνοια σωματικῆς διαθέσεως ἔκ τε τοῦ γινώσκειν αὐτῆς τὴν οἰκείαν οὐσίαν καὶ τῆς τῶν βοηθημάτων ὕλης τὰς δυνάμεις· οἷον

tius feriusve, prout vel natura ab initio fumus comparati, vel ex vitae exercitio, vel ex victus ratione, vel morbo, vel follicitudine, vel alio id genus immoderatius ficcati. Eft enim id, quod omnes homines proprie fenectutem appellant, non aliud quam ficcum et frigidum corporis temperamentum, annorum multitudinis ratione proveniens. Accidit autem interdum et ex febrili morbo, atque id etiam ex morbo fenium appellamus, ficuti in libro de marafmo diximus, quippe quum ejusmodi affectus marafmus quidam fit, qui non in animalibus modo, verum etiam ftirpibus vifitur. Tradita vero jam eft primo hujus operis volumine provenientis in nobis fenectutis neceffitas. Ergo tum ex illo, tum ex iis, quae de temperamentis, atque etiam ex libello, quem de marafmo fcripfimus, inftructior quifpiam ad eam artis partem, quae de fenum ductu agit, reddi poterit.

Cap. X. Siquidem omnis affectionis corporeae providentia in duobus confiftit, nempe propria ejus internofcenda effentia, et materiae praefidiorum viribus; ut

εὐθέως ἐπὶ τοῦ προκειμένου νῦν ἡμῖν, τοῦ γήρως, ὁ γνοὺς τὴν διάθεσιν ἐπιστημονικῶς, ὅτι ξηρότης ἐστὶ μετὰ ψύξεως, ἐὰν ἐκμάθῃ τὰς ὑγραινούσας ὕλας καὶ θερμασίας τῶν βοηθημάτων, ἀγαθὸς ἂν ἰατρὸς εἴη γερόντων. οὐσῶν δὲ τεττάρων ὑλῶν κατὰ γένος, ἃς ὀνομάζουσι, προσφερομένων καὶ ποιουμένων καὶ κενουμένων καὶ προσπιπτόντων ἔξωθεν, ἐκλέγεσθαι προσήκει καθ᾽ ἑκάστην αὐτῶν τὰ θερμαίνειν τε καὶ ὑγραίνειν δυνάμενα. πρὸς δὲ τὴν οἰκείαν ἑκάστου χρῆσιν ἡ ἐπὶ τῶν παραδειγμάτων ἄσκησις ὠφελιμωτάτη. οἶδα δέ ποτε θώρακα παιδὸς ἀπολειπόμενον οὐκ ὀλίγῳ τῆς τῶν ἄλλων συμμετρίας μορίων αὐξήσας τὸ μέτρον ἐκ τοιαύτης ἰδέας βοηθημάτων. ἐζώννυον μὲν αὐτῷ τὰ κάτω τοῦ θώρακος ἅπαντα μέχρι τῶν ἰσχίων ζώνῃ συμμέτρως πλατείᾳ, οὕτω παραβάλλων, ὡς ἐρηρεῖσθαι μὲν ἀλύπως, μήτε δὲ χαλαρὸν ἀπολιπεῖν τι, μήτε πεπιέσθαι, γυμνάσια δὲ τά τε δι᾽ ὅλων τῶν χειρῶν ἐπιτηδευόμενα καὶ τὰς καλουμένας ὑπὸ τῶν φωνασκῶν ἀναφωνήσεις παρελάμβανον, ἐφ᾽ ἑκατέροις δὲ κατάληψιν πνεύματος ἐκέλευον ποιεῖσθαι. γίγνεται δ᾽

ſtatim in propoſito nunc nobis ſenio, qui ſcienter pernovit, affectum eum ſiccitatem quandam cum frigiditate eſſe, ſi quidem, quae humectent pariter et calefaciant, praeſidiorum materias norit, is idoneus ſenum medicus fuerit. Quadruplex vero materiae genus quum ſit, quae ſumuntur, quae geruntur, quae educuntur, quae foris admoventur, utique ex ſingulis eligere oportebit, quae calefacere humectareque poſſint. Sed ad horum cujusque commodum uſum exercitatio, quae per exempla fit, maxime eſt utilis. Scio ergo, aliquando me pueri thoracem, qui a reliquarum partium ſymmetria non parum aberat, ejusmodi remediorum genere ad juſtam perduxiſſe menſuram. Cinxi illi lato modice cingulo omnia, quae ſub thorace ad coxas usque ſunt, ita temperans, ut tum citra offenſionem haereret, tum ne laxum quicquam relinqueret, nec etiam premeret. Exercitationes vero injunxi, et quae per tota obeuntur brachia, et eas, quas cantores vociferationes appellant. In utrisque vero cohiberi anhelitum juſſi.

αὕτη, σφοδρῶς μὲν θλιβόντων ἡμῶν ἐκ παντὸς μέρους τὸν θώρακα, τὴν δ' ἐκπνοὴν κατεχόντων, ὡς ἐπέχεσθαι πᾶν ἔνδον τὸ πνεῦμα τὸ διὰ τῆς εἰσπνοῆς φθάνον εἱλκύσθαι. διὸ καὶ πλεῖον εἰςπνευστέον ἐστὶ τῷ μέλλοντι καλῶς τοῦτο δράσειν· ὅσῳ γὰρ ἂν ᾖ πλείων ὁ θλιβόμενος ἀὴρ, τοσούτῳ μᾶλλον ὁ θώραξ εὐρύνεται διατεινόμενος. ὅτι δὲ καὶ τὰς ἀναφωνήσεις ἐν μεγέθει τε καὶ τῇ κατ' ὀξύτητα τάσει τῆς φωνῆς ποιητέον ἐστὶν ἐπὶ τούτων, οὐκ ἄδηλον, εἴγε δὴ πρόκειται γυμνάζειν ἰσχυρῶς πάντα τοῦ θώρακος τὰ μόρια. ταῦτα μὲν οὖν ἐπὶ τῶν αὐξανομένων σωμάτων εἰς συμμετρίαν ἄξει τὰ φύσει κακῶς διαπεπλασμένα· μέτρια δὲ καὶ τοὺς ἤδη τελείους ὠφελήσει. οὐ μὴν ἐπί γε πρεσβυτῶν ἐπιχειρήσεις ἔργῳ τοιούτῳ, βέλτιον γὰρ ἐπ' ἐκείνων ἡσυχάζειν τοῖς ἀσθενέσι μορίοις εἴρηται, βέλτιον δὲ καὶ τὸ διὰ τῶν συνήθων ἐπιτηδευμάτων γυμνάζειν, εἰ καὶ βλαβερὰ μετρίως εἴη. τοῖς γε μὴν νέοις ὑπαλλάττειν πειρᾶσθαι τὰ βλάπτοντα, κἂν ἐκ παιδὸς ᾖ συνηθέστατα· δύναται γὰρ ἡ δύναμις αὐτῶν

Id fit, quum thoracem ipfum undique valenter compreffe- ris, expirationem autem fic cohibueris, ut, quem prius attraxeris fpiritum, totum intus retineas. Itaque etiam amplius infpiraverit oportet, qui hoc commode faciet; quandoquidem, quo plus fit aëris, qui compellitur, eo magis thorax diftentus dilatabitur. Quod autem ipfae quoque vociferationes tum magnae faciendae, tum in acumen tendendae fint, id minime eft obfcurum, fi modo univerfas thoracis partes valenter exercitari in animo eft. Atque haec quidem glifcentium adhuc corporum ea, quae natura male condita funt, ad juftam convenientiam reftituent. Eadem modice etiam iis, qui perfectam jam magnitudinem confequuti funt, proderunt: verum in fene nihil tale moliendum, utpote cui feriari infirmas partes utilius effe diximus, utilius vero his eft et confueto opere exercitari, etiamfi modice noxium fit. Contra juvenibus ea mutare, quae nocent, tentandum eft, etiamfi a pueris his maxime infueverint; poffunt etiam eorum vires moderate factam

ὑπομεῖναι τὴν μεταβολὴν ἐν μέτρῳ γινομένην, ἐλπίς τ᾽ ἐστὶ, τῷ λοιπῷ χρόνῳ τῆς ζωῆς ὀνήσεσθαί τι πρὸς τῶν ἀμεινόνων ἐπιτηδευμάτων. ὁ δὲ γέρων, εἰ δυνηθείη χρόνῳ συχνῷ κατὰ βραχὺ μεταστῆναι τῶν φαύλων ἐθῶν, οὐδ᾽ ἐν ᾧ χρόνῳ χρήσεται τοῖς βελτίοσιν ἕξει, συμβήσεται δ᾽ αὐτῷ πονῆσαι μάτην, ὥσπερ εἰ καὶ τέχνην ἄρχοιτο μανθάνειν ὀγδοηκοντούτης τις ὤν. ὥσπερ δὲ τῶν γερόντων αὐτῶν οὐ σμικρά τίς ἐστι διαφορὰ πρὸς ἀλλήλους, εἴτε κατὰ τὴν ἡλικίαν αὐτὴν, εἴτε κατὰ τὴν διάθεσιν τοῦ σώματος, οὕτω καὶ τῶν φύσει ξηροτέρων τε ἅμα καὶ ψυχροτέρων, ὡς πρὸς τὸν σύμμετρον παραβάλλειν, οὐκ ὀλίγον τοὐν μέσῳ τῆς δυσκρασίας ἐστὶ πρὸς ἀλλήλους τε καὶ τοὺς γέροντας. ὑγραίνειν μὲν οὖν αὐτοὺς δηλονότι καὶ θερμαίνειν προσήκει, θαῤῥαλεώτερον δὲ ταῦτα πράττειν, διὰ τὴν ἡλικίαν ἀνεχομένους ἰσχυρῶν γυμνασίων, ὡς ἂν ἐῤῥωμένης ἔτι τῆς δυνάμεως. [156] ὁ γάρ τοι πρῶτος σκοπὸς, ἀφ᾽ οὗ τὴν ἔνδειξιν τῶν ἰαμάτων λαμβάνομεν, ἡ τοιάδε δυσκρασία τοῦ σώματός ἐστιν, οὐ τὸ γῆρας, ἢ ὅλως ἡλικία τις. ἀλλ᾽ ἐπειδὴ στοχαστικῶς

mutationem fuftinere, fperarique poteft, in reliquo vitae tempore fructum aliquem eos ex meliore confuetudine percepturos. At fenex, fi poffet longo tempore fenfim malam confuetudinem mutare, propterea quod, quo tempore meliore frueretur, habiturus non effet, fruftra laborem infumeret, non aliter quam fi quis artem difcere quampiam octogenarius inciperet. Sicuti vero fenum ipforum inter fe non parva differentia eft, five id ex aetate fpectes, five corporis affectu, ita et eorum, qui natura ficciore frigidioreque funt, fi ad mediocrem ftatum compares, non parvum intemperiei difcrimen invenies, tum ipforum inter fe, tum vero ad fenes. Atque humectare quidem hos profecto calefacereque conveniet, caeterum audacius haec facere in iis, qui per aetatem majori exercitio funt ferundo, ceu quorum validae adhuc vires funt. Quippe primum, quo omne remediorum confilium dirigitur, ejusmodi intemperies corporis eft, non fenium aut aetas aliqua. Verum quoniam affectuum menfuram per con-

ἡμῖν τὸ τῶν διαθέσεων μέτρον λαμβάνεται, διὰ τοῦτο καὶ τὴν ἡλικίαν ἐπισκοποῦμεν. ἡ δ᾽ αὐτὴ χρεία καὶ τῆς τῶν ἐθῶν γνώσεώς ἐστι, καὶ τῆς τῶν προκαταρκτικῶν ὀνομαζομένων αἰτίων· εἰς γὰρ τὴν τῆς δια(274)θέσεως ἀκριβεστέραν γνῶσιν ἐκ τῶν τοιούτων ἁπάντων ὠφελούμεθα, τῶν δ᾽ ἰαμάτων ἡ ἔνδειξις οὐκ ἐκ τούτων γίνεται. τῷ γε μὴν ἐμπειρικῷ μέρος τῆς ὅλης συνδρομῆς ἐστι καὶ τὰ τοιαῦτα, τετηρημένης ἐπ᾽ αὐτῆς τῆς θεραπείας, οὐκ ἐνδεικτικῶς εὑρισκομένης. εἰκότως τοιγαροῦν Ἱπποκράτης τὰ πλεῖστα περὶ διαγνώσεων καὶ προγνώσεων ἔγραψε, γυμνάζων ἡμᾶς ἐν τοῖς κατὰ μέρος, οἵ τ᾽ ἄριστοι μετ᾽ αὐτὸν ἰατροὶ ὡσαύτως ἔπραξαν, εὖ εἰδότες, ὡς τῷ γνόντι τὴν διάθεσιν ἀκριβῶς τοῦ σώματος, ὃ μεταχειριζόμεθα ὑγιαῖνον ἢ νοσοῦν, οὐ χαλεπῶς εὑρίσκεται τὰ βοηθήματα. χρὴ γὰρ, ὡς εἴρηται πολλάκις, ἄρχεσθαι μὲν ἀπὸ θεραπευτικοῦ παραγγέλματος τοῦ, τὰ ἐναντία τῶν ἐναντίων ἰάματα, τῆς δ᾽ ὕλης τῶν βοηθημάτων ἐπιστήμονα γενόμενον, ὡς ἐκμάθῃ αὐτῆς τὰς δυνάμεις, ἀεὶ προσφέρειν ἅπαντι σώματι, τῷ μὲν φαύλως διακειμένῳ

jecturam accipimus, idcirco aetatem quoque confideramus. Porro idem ufus et confuetudinis nofcendae eft, praeterea extrinfecus incidentium caufarum, quas procatarcticas vocant; quippe ad certiorem affectuum notitiam talia omnia nobis conducunt; remediorum tamen indicatio ex his accipitur. At empiricis talia totius concurfus pars effe cenfetur, quae in ipfa curatione obfervata, haudquaquam ex iis, quae fieri affectus poftulat, inventa. Quo rationabilius Hippocrates de agnofcendo praefagiendoque plurima fcripfit, utique in particularibus nos exercens; quod etiam optimi medicorum poft eum fecerunt, non ignari, huic nullo negotio inventum iri remedia, qui ejus, quod curat, corporis aegri fanive affectum exacte norit. Siquidem, ut faepe teftati fumus, incipiendum ab illo medendi praecepto eft, contraria effe contrariorum remedia; ubi vero remediorum materiam compertam habueris, ac fimul vires ejus intellexeris, omni male affecto corpori femper con-

τἀναντία, τῷ δ' ἄριστα κατεσκευασμένῳ τὰ παραπλήσια ταῖς δυνάμεσι. καὶ τοίνυν καὶ τὰς δυσκρασίας αὐτὰς, ὅσαι κατὰ τὸ τῆς ὑγείας ἔτι πλάτος εἰσὶν, ἐπανορθοῦσθαι μὲν βουλόμενος ὑπεναντίως διαιτήσεις· ὅπερ ἐπὶ πολλῆς γίνεται σχολῆς. ἐν ἀσχολίᾳ γὰρ οὖσι διὰ τῶν ὁμοίων ὑπηρετήσεις, καὶ μάλισθ' ὅταν οὕτως ὦσιν εἰθισμένοι. συμβαίνει δὲ ὡς τὰ πολλὰ θάτερον τούτων μᾶλλον, ὡς ἂν τῶν φύσεων ἀδιδάκτως αἱρουμένων τὰ οἰκεῖα. καὶ μέχρι γε τοσούτων προσφερόμεθα αὐτὰ, μέχρι περ ἂν εἰς τὴν ἀρχαίαν ἐπανέλθωσι κατάστασιν.

Κεφ. ια'. Ἡ δέ γ' ἐπανορθουμένη τὴν δυσκρασίαν δίαιτα περαιτέρω προέρχεται τὰ πολλά. διὸ καὶ τοῖς οἰκείοις νοσήμασιν ἁλισκόμεθα πλείοσι, τοῦ μὲν φύσει θερμοτέρου ῥᾳδίως τὰ θερμὰ νοσήματα νοσοῦντος, τοῦ δὲ ψυχροτέρου τὰ ψυχρὰ, καὶ τῶν ἄλλων ὡσαύτως. ἐπανέρχεται τοιγαροῦν θᾶττον εἰς τὴν ἰδίαν φύσιν ἕκαστον τῶν δυσκράτων σωμάτων, ἤπερ ἐπὶ τὴν ἀρίστην κρᾶσιν. ἐν τῷ μεσαιτάτῳ γὰρ αὕτη πασῶν οὖσα τῶν δυσκρασιῶν, ἐὰν μὲν

traria, optime fe habenti fimilia viribus effe adhibenda. Quin etiam intemperies ipfas, quaecunque adhuc intra fanitatis fines fubfiftunt, fi corrigere ftudebis, contraria quodammodo victus ratione curabis; quod tamen per multum fit otium. Nam fi in negotio fint, fimilibus uteris, potiffimum quum ita fuerint corpora affueta. Porro accidit alterum horum plerumque magis, ceu naturis ipfis ea, quae fibi funt accommoda, *fua fponte* citraque doctorem eligentibus. Atque hactenus male affecto corpori contraria exhibebimus, quoad priftinum ftatum confequutum fit.

Cap. XI. Caeterum ea victus ratio, quae intemperies corrigit, longius plerumque procedit, propterea quod fimilibus majore ex parte morbis tentamur, qui calidiore natura eft, calidos morbos facile incurrente, qui frigidiore, frigidos, et reliquis pro ratione. Facilius itaque, quicquid intemperatum eft, ad propriam naturam redit, quam ad optimum temperamentum venit; quippe id quum in medio omnis temperiei fit, quisquis conveniente naturae

οἰκείῳ τις ἄλλῳ τῇ φύσει νοσήματι, πλέον ἀφέστηκεν, ἐὰν δὲ οὐκ οἰκείῳ, βραχύτερον. οὐκοῦν οὐδὲ τὰ ἔθη μεταβλητέον ἐστὶ, κἂν εἴη μοχθηρὰ, δυσαρεστουμένων ἔτι τῶν σωμάτων. ἀλλ' ἐν ταῖς ἀκριβεστέραις ὑγείαις οὐκ ἀεὶ τοῦτο πρακτέον, ἀλλ' ὅταν ἀπὸ τῶν πολιτικῶν πραγμάτων ἄγῃ σχολὴν ὁ μέλλων μεταχθήσεσθαι. ταῦτ' οὖν ὄντα κοινὰ παραγγέλματα πασῶν τῶν κράσεων ὑπαλλάττεται κατὰ μέρος, εἰς ὅσον ἂν ἑκάστη δυσκρασία τῆς ἄκρας εὐκρασίας ἀπολείπηται, καὶ θαυμαστὸν οὐδέν ἐστι, τὰς δυσκράτους φύσεις ἐν τῷ μέσῳ καθεστηκυίας ἀκριβοῦς ὑγείας αἰσθητοῦ τε νοσήματος ἐπαμφοτερίζειν καὶ τῷ τρόπῳ τῆς διαίτης. οὐ μὴν οὐδὲ τὸ φαίνεσθαι τοὺς ἀνθρώπους ὑπὸ τῶν αὐτῶν ὠφελουμένους τε καὶ βλαπτομένους θαυμαστόν. εἰ μὲν γὰρ ἅπαντες ὁμοίαν ἀλλήλοις εἶχον κατασκευὴν, τότ' ἂν ἦν θαυμαστὸν, ὑπὸ τῶν ἐναντίων ἐνίους ὠφελεῖσθαι βλαπτομένους ὑπὸ τῶν αὐτῶν· ἐπεὶ δ' ἐναντίαι πολλῶν τῶν ἀνθρώπων εἰσὶ κατασκευαὶ τοῦ σώματος, εὔλογόν ἐστι, καὶ τὴν ὠφέλειαν αὐτοῖς ὑπὸ τῶν ἐναντίων γίνεσθαι.

ſuae morbo laborat, ab eo longius abeſt, qui diſſimili, minus. Ergo nec aſſuetudines ipſae, tametſi pravae ſunt, diſplicentibus adhuc ſibi corporibus mutandae ſunt. Quin nec per ſummam ſanitatem ſemper id tentandum, ſed tum, quum is, cui mutandae ſunt, a civilibus negotiis maxime vacat. Haec itaque communia quum ſint omnium temperamentorum praecepta, particulatim variantur, prout intemperies quaevis ab optimo temperamento receſſit. Nec mirum ſane eſt, ſi intemperatae naturae, quae in medio exactae ſanitatis et morbi ſenſibilis conſiſtunt, etiam ad ordinandi victus modum ſint ancipites. Sed nec illud mirandum, ab iiſdem adjuvari laedique homines videri. Nam contra, ſi omnes inter ſe ſimilem corporis ſtatum obtinerent, utique mirandum tum eſſet, aliquos a contrariis juvari, alios ab iiſdem laedi; ſed quoniam contrarii inter ſe multorum hominum corporis ſtatus ſunt, rationi conſonum eſt, quod ex contrariis etiam utilitatem perci-

[157] διὸ καὶ θαυμάσειεν ἄν τις ἁπάντων τῶν ἰατρῶν, ὅσοι γράφειν ἐπεχείρησαν ὑγιεινὰ συγγράμματα, μὴ διελομένων τῷ λόγῳ τὰς φύσεις. ὥσπερ γὰρ ἑνὶ καλοποδίῳ πρὸς ἅπαντας ἀνθρώπους ἀδύνατον χρῆσθαι τοῖς σκυτοτόμοις, οὕτω τοῖς ἰατροῖς ἰδέᾳ βίου συμφερούσῃ μιᾷ. διὰ τοῦτο οὖν ἐνίοις μὲν ὑγιεινότατον εἶναί φασι τὸ γυμνάζεσθαι καθ᾽ ἑκάστην ἡμέραν ἱκανῶς, ἐνίοις δὲ μηδὲν κωλύειν, εἰ καὶ παντάπασί τις ἐν ἡσυχίᾳ διατρίβοι, καὶ λούεσθαι τοῖς μὲν ὑγιεινότατον εἶναι δοκεῖ, τοῖς δ᾽ οὔ, καὶ πίνειν ὕδατος καὶ οἴνου, καὶ περὶ τῶν ἄλλων ὡσαύτως, οὐ μόνον ὑγιεινῶν διαιτημάτων, ἀλλὰ καὶ τῶν τοῖς νοσοῦσι προσφερομένων ἰαμάτων, ἐναντιώτατα γράφουσιν ἀλλήλοις, ὡς σπάνιον εὑρεῖν ὁμολογούμενον ἕν τι πᾶσιν αὐτοῖς. ἥ γε μὴν πεῖρα δείκνυσιν ὑπό τε τῶν αὐτῶν ἐνίους βλαπτομένους τε καὶ ὠφελουμένους, ὑπό τε τῶν ἐναντίων ὡσαύτως. οἶδα γ᾽ οὖν τινας, οἳ τρεῖς ἡμέρας ἀγύμναστοι μείναντες εὐθέως νοσοῦσιν, ἀγυμνάστους δ᾽ ἑτέρους ἀεὶ διατελοῦντας, ὑγιαίνοντας δὲ, καὶ τούτων

piant. Quo magis de medicis omnibus mirari cuipiam licet, quicunque, nullo prius naturarum facto difcrimine, de fanitate tuenda fcribere funt aggrefli. Sicuti enim fieri non poteft, ut unum calceamentum ad omnes homines futor accommodet, ita nec medicus unam omnibus vitae fpeciem, quae conducat. Hac igitur de caufa quidam faluberrimum effe affirmant abunde quotidie exercitari; quidam nihil obftare, quo minus in quiete prorfus degatur. Et funt, quibus lavari maxime falutare videtur; aliis minime. Quin etiam de vini et aquae potione, itemque de aliis ad eundem modum, non iis modo, quae ad falubrem victus rationem pertinent, fed etiam morborum remediis, pugnantiffima inter fe fcribunt adeo, ut vel unum quippiam, quod omnibus his inter ipfos conveniat, rarum inventu fit. Caeterum ufus ipfe docet, tum ab iifdem ipfis aliquos laedi juvarique, tum a contrariis pari modo. Equidem quosdam novi, qui, fi triduo fe ab exercitatione abftinerent, protinus aegrotarent; alios in perpetua quiete degentes tamen fecundam valetudinem tueri,

ἐνίους μὲν ἀλούτους, ἐνίους δὲ, εἰ μὴ λούσαιντο, πυρέττοντας αὐτίκα, καθάπερ ὁ Μιτυληναῖος Πρημιγένης. ὅτι μὲν οὖν οὕτως φαίνεται ταῦτα γιγνόμενα, καὶ οἱ τῇ πείρᾳ μόνῃ τὴν τέχνην ἀθροίζοντες ἴσασιν. οὐ μὴν ἔγραψέ τις αὐτῶν γνωρίσματα, καθάπερ ἐπὶ τῶν νοσημάτων, οἷς προσέχοντες εὑρήσομεν, ὁποίας ἕκαστος δεῖται διαίτης. ἐπ' ὀλιγίστων γὰρ ἔστιν εὑρεῖν τὰς καλουμένας ὑπὸ τῶν ἐμπειρικῶν συνδρομὰς ἠκριβωμένας, ὡς ἐν περιπνευμονίᾳ τε καὶ πλευρίτιδι· τὰ δὲ πλεῖστα νοσήματα στοχαστικὴν ἔχει διάγνωσιν, ὡς οὐκ ἐξ ἀθροίσματος ὡρισμένων συμπτωμάτων γινωσκόμενα, ἀλλ' ἀνδρὸς δεόμενα ἀκριβῶς ἐπισταμένου τὴν διάθεσιν τοῦ σώματος, εὑρίσκειν δ' ἱκανοῦ τὰ κατὰ μέρος ἅπαντα τὰ τῇ τοιαύτῃ συμφωνοῦντα. τό γ' οὖν προκείμενον αὐτῷ τῷ λόγῳ ποδηγηθέντες ἡμεῖς εὕρομεν ἔτι νέοι τὴν ἡλικίαν ὄντες. ᾧ καὶ δῆλον, ὡς ἡ μακρὰ πεῖρα χωρὶς λόγου τὰ τοιαῦτα εὑρίσκειν ἀδύνατος. ἐπί γ' οὖν τοῦ Πρημιγένους ἀκούσας, ὅτι πάντως πυρέττοι μὴ λουσάμενος, ἐλογισάμην,

atque horum ipforum alios minime lavare, alios, nifi laviffent, illico febricitare, ficut Premigenes Mitylenaeus. Atque quod haec quidem ita fieri cernantur, etiam ii, qui fola experientia artem colligunt, novere. Nemo tamen eorum ita, ut in morbis, notas prodidit, quibus quis intentus, quam quisque victus rationem poftulet, invenire poffet. Quippe in pauciffimis invenias exacte traditas, quas empirici fyndromas vocant, quemadmodum in peripneumonia et pleuritide, fed plerique morborum conjecturalem habent dignotionem, ut qui non ex certorum fymptomatum congeftione nofcantur, fed hominem defiderent, qui exquifite corporis affectum calleat, quique omnia, quae ejusmodi affectui confonent, invenire figillatim queat. Quippe quod propofitum eft, nos ipfa ratione ducti adhuc juvenes invenimus. Unde etiam manifeftum eft, ufum quantumvis longum fine ratione talia invenire non poffe. Nam de Premigene quum audirem, nifi lavaret, omnino febricitare, collegi ratione, eum fumida ex-

αὐτῷ καπνώδη περιττώματα γεννᾶσθαι, διαπνεῖσθαι δεόμενα, πυκνοτέρου δὲ τοῦ δέρματος ὄντος, ἢ ὡς ἐπιτρέπειν αὐτοῖς κενοῦσθαι πᾶσιν ἀθροιζομένοις ὑπὸ τῷ δέρματι, θερμασίαν γεννᾷν. διὸ καὶ τὰ λουτρὰ χρησιμώτατα ταῖς τοιαύταις φύσεσιν, οὐ μόνον τῷ κενοῦν τὸ καπνῶδες, ἀλλὰ καὶ τῷ τέγγειν ὑγρότητι γλυκείᾳ. καταμαθεῖν οὖν ἔδοξέ μοι πλατεῖαν ἐπιβαλόντι τὴν χεῖρα τῷ θώρακι τοῦ Πρημιγένους, ὁποία τίς ἐστιν ἡ τῆς θερμασίας ποιότης. ὡς δὲ δριμεῖα καὶ δακνώδης εὑρέθη παραπλησίως τοῖς κρόμμυα προσενηνεγμένοις δαψιλῆ, πολὺ δὴ μᾶλλον ἔτι τὴν αἰτίαν τοῦ γινομένου καλῶς εὑρῆσθαί μοι πεισθεὶς, ἐπυθόμην, εἴ τινες ἱδρῶτες αὐτῷ γίγνοιντο χωρὶς τοῦ λουτροῦ, καὶ φάντος μὴ γίγνεσθαι, βεβαιοτέραν γνῶσιν ἐπείσθην ἔχειν τῆς διαθέσεως αὐτοῦ. καὶ μὴν δὴ καὶ ἄλλους τινὰς εἶδον, ὁμοίως μὲν ἐκείνῳ δακνῶδες ἔχοντας τὸ θερμὸν, οὐ μὴν ἐπ᾽ ἀλουσίᾳ γε μιᾷ πυρέττοντας, ἐπειδὴ δι᾽ ἱδρώτων αὐτοῖς ἐκενοῦτο τὰ περιττώματα. τῷ Πρημιγένει δὲ πρὸς τῇ φυσικῇ κατασκευῇ καὶ ὁ τρόπος τῆς διαίτης

crementa gignere, quae deberent expirari; caeterum, quum denfior cutis effet, quam ut ea tranfmitti omnia fineret collecta fub cute, calorem excitare; itaque etiam balneum ejusmodi naturis utiliffimum effe non ob id modo, quod fumidum evocet, fed etiam quod humectet, idque dulci humore. Ergo placuit, explicata quoque manu Premigenis thoraci injecta, cujusmodi effet caloris qualitas, explorare. Ut vero acrem mordacemque comperi, non diffimilem calori eorum, qui cepas ampliter comediffent, multo adhuc magis eventus caufam probe conjectaffe mihi perfuadens, perconctabar, ecquid fudoris illi citra balneum incideret, neganteque id, jam firmiorem habere me affectus ejus notitiam mihi perfuafi. Quin etiam alios quosdam vidimus, quibus mordax calor erat fimiliter ut huic, non tamen hi una balnei intermiffione febricitabant, propterea quod per fudores excrementa his vacuabantur. Premigeni praeter naturalem habitum victus ratio vel

αἴτιος ἦν τοῦ πυρέττειν ἐπ' ἀλουσίᾳ μιᾷ, [158] διατρίβοντι τὸ πλεῖστον ἐπὶ τῆς οἰκίας, ἐν ᾗ γράφων ἢ ἀναγινώσκων διετέλει διὰ τὸ προσκεῖσθαι θεωρίᾳ περιπατητικῇ, καθ' ἣν οὐδενὸς ἦν δεύτερος τῶν κατ' αὐτόν. ἴσμεν δ', ὅτι καὶ τοῖς μὴ κατὰ φύσιν τοιοῦτον γεννῶσι περίττωμα φιλοπονία καὶ φροντὶς αἰτίαι γίνονται τῆς γενέσεως αὐτοῦ. διόπερ ἕτερον ἄνθρωπον ὁμοίως ἐκείνῳ τὴν θερμασίαν ἔχοντα δακνώδη συνέβαινε μὴ πυρέττειν μετὰ μίαν ἡμέραν ἀλουσίας, ἐπειδὴ μήτε φροντιστὴς ἦν, αἵ τε πράξεις αὐτῷ κατὰ τὴν πόλιν ἐγίγνοντο περιπατοῦντι πολλὰ, καὶ ὠνουμένῳ, καὶ πιπράσκοντι, καὶ μαχομένῳ πολλάκις, ἐν οἷς ἱδροῦν ἠναγκάζετο. διὰ τοῦτο ἕτερόν τινα τῶν νοσούντων καθ' ἕκαστον θέρος ὀξὺ καὶ χολῶδες νόσημα παμπόλλων ἐτῶν ἤδη τελέως ἄνοσον ἐφύλαξα γυμνάζεσθαι κωλύσας. θερμὸς γὰρ ὢν καὶ ξηρὸς τὴν κρᾶσιν ὁμοίως τῷ Πριμιγένει γυμνασίοις τε συντόνοις (275) ἐχρῆτο καὶ ἡλίῳ καὶ κόνει. συνέβαινεν οὖν αὐτῷ, τὴν μὲν θερμασίαν ἀμετρότερον αὐξάνεσθαι, πυκνοῦσθαι δὲ τὸ δέρμα καὶ δυσδιάπνευστον

femel intermiffo balneo febricitandi occafio erat; nam plurimum domi verfabatur, ibique fcribens vel legens perfeverabat, propterea quod Peripateticae difciplinae incumbebat, in qua nemini fuae aetatis erat fecundus. Scimus et iis, qui minime natura tale excrementum acervant, inftantem laborum diligentiam curamque gignendi ejus caufam effe. Itaque etiam alteri cuidam, cui aeque atque illi mordax calor erat, tametfi balneum uno die intermitteret, contigit non febrire propterea, quod nec ftudiis deditus erat, et negotia fua per urbem inambulans obibat, emens vendensque multa, etiam pugnans fubinde, in quibus fudare coactus eft. Ideoque etiam alterum quendam ex iis, qui aeftate quotannis acuto biliosoque morbo laborant, multos jam annos fanum prorfus fervavi, exercitari vetans. Nam quum calido ficcoque temperamento effet, ficuti Premigenes, etiam exercitatione utebatur concitata, tum vero fole ac pulvere. Contingebat ergo ei et calorem immodice augeri, et cutem denfari, atque ad tranfpirationem

γίνεσθαι· συνελθόντων δὲ εἰς ταὐτὸ ἀμφοτέρων, ἕτοιμον ἤδη πυρέξαι τῷ ταῦτα πάσχοντι σώματι. ὅπερ οὖν κατὰ τὴν ἰατρικὴν τέχνην εἴωθα λέγειν ἀεὶ, τοῦτο καὶ νῦν ἐρῶ· τάχιστα μὲν ὁ λογισμὸς εὑρίσκει τὰ ζητούμενα, βεβαιοῖ δὲ τὴν πίστιν αὐτῶν ἡ πεῖρα. καίτοι γε θαυμασιώτερον Ἱπποκράτους εἰρηκότος, ὡς ταῖς θερμαῖς φύσεσιν ἄμεινον ἀργεῖν ἐστιν, ἢ γυμνάζεσθαι, παμπόλλους τῶν ἰατρῶν ἰδεῖν ἐστι μηδὲ γινώσκοντας, οἵτινές ποτέ εἰσιν οἱ τοιοῦτοι τῶν ἀνθρώπων, ἀλλ' ἑξῆς ἅπασι γυμνάσια προστάττοντας, ὥσπερ αὖ πάλιν ἄλλους οὐκ ὀλίγους ἰατροὺς οὐδὲν ἐκ γυμνασίων πλέον εἰς ὑγίειαν ἡγουμένους γίνεσθαι, καὶ πρὸς τούτοις γε τρίτους ἄλλους, τοῖς μὲν εἰθισμένοις γυμνάζεσθαι συγχωροῦντας, εἴργοντας δὲ τοὺς ἀήθεις ἀπὸ τῶν γυμνασίων. ἅπαντες μὲν οὖν ἁμαρτάνουσιν, ἀλλ' οἱ τρίτοι ῥηθέντες ἧττον. οἱ πλείους γὰρ τῶν ἐθιζόντων ὁτιοῦν ἔθος οἰκεῖον αἱροῦνται τῇ φύσει διὰ τὸ βλαπτομένους πολλάκις ὑπὸ τῶν οὐκ οἰκείων ἀφίστασθαι. τινὲς δ', ἤτοι νικηθέντες ὑφ' ἡδονῆς,

ineptam reddi; quae ambo ubi concurrerunt, nimirum corpus, cui accefferunt, paratum ad febrem reddunt. Ergo, quod in medendi arte femper ufurpare foleo, id nunc dicam. Facillime quidem quod quaeritur ratiocinatio invenit, fidem vero ejus experientia comprobat. Quanquam illud multo maxime mirandum eft, quum Hippocrates moneat, *calidis naturis utilius effe in otio agere, quam exercitari,* non paucos tamen medicos effe, qui ne norint quidem, cujusmodi tales homines fint, fed juxta omnibus exercitationes injungant; e diverfo nonnullos effe, quibus nihil ad fanitatem conducere exercitationem placeat; fed et tertium ab his genus effe, qui affuetis exercitari id permittant, non affuetis interdicant; quorum nemo plane non errat, minus tamen ii, qui tertio loco dicti funt. Quippe qui cuilibet rei infuefcunt, magna ex parte naturae fuae convenientem confuetudinem deligunt, propterea quod ab iis, quae non conveniunt, fubinde laefi ipfa repudient. Aliqui tamen vel dulcedine victi, vel prae nimia demen-

ἢ δι᾽ ὑπερβάλλουσαν ἄνοιαν οὐκ αἰσθανόμενοι τῆς βλάβης, ἐμμένουσι τοῖς κακοῖς ἔθεσιν. ἀλλ᾽ οὗτοι μὲν ὀλίγοι, πλείους δέ εἰσιν οἱ μεθιστάμενοι. διὸ καὶ τοὺς ἰατροὺς ἧττον ἁμαρτάνειν εἰκός ἐστιν, ὅσοι διαφυλάττειν ἀξιοῦσιν ἅπαν ἔθος· ὅσοι μέντοι νομίζουσι μηδὲν διαφέρειν εἰς ὑγείαν ἀγύμναστον προσαίρεσθαι ἢ γυμνασθέντα σιτίον, καὶ ὅσοι πάντας ἀξιοῦσι γυμνάζεσθαι, πλείω βλάπτουσι τῶν προειρημένων. αὐτῶν δὲ τούτων ἀλλήλοις παραβαλλομένων ἧττον βλάπτουσιν οἱ πρὸ τῶν σιτίων ἀεὶ γυμνάζεσθαι ἐθέλοντες. οἴονται δ᾽ ἔνιοι καὶ Ἱπποκράτην παραινεῖν, πόνους γὰρ σιτίων ἡγεῖσθαι κατὰ τοὺς ἀφορισμοὺς, μὴ γινώσκοντες, ὡς περὶ τάξεως νῦν ὁ λόγος αὐτῷ ἐστι τῶν γυμνασίων τε καὶ σιτίων, οὐ τοῦτο λέγοντι, ὡς ἐπὶ πάντων ἀνθρώπων ἄμφω χρήσιμά ἐστιν, ἀλλ᾽ ὡς, ἐφ᾽ ὧν συμφέρει γυμνάσια, προηγεῖσθαι χρὴ τῶν σιτίων. ὅτι δ᾽ οὐ πᾶσι συμφέρει, διά τε τῶν ἐπιδημιῶν ἐδήλωσε σαφῶς, τὰς θερμὰς φύσεις ἀξιῶν ἐλιννύειν, ἔν τε τοῖς ἀφορισμοῖς δυνάμει, διὰ τοῦ δηλῶσαι καθόλου, τὰ ἐναντία τῶν ἐναντίων ὑπάρχειν ἰάματα.

tia se laedi non sentientes, in malis consuetudinibus persistunt. Verum hi pauci; plures, qui non persistant. Quo magis rationabile est, minus errare medicos eos, qui omnem consuetudinem servandam censent; qui vero nihil ad sanitatem interesse putant, exercitatus quis cibum sumat, an contra, item qui omnes exercitandos putant, hos pejus consulere, quam qui praedicti sunt. Horum vero ipsorum, si inter se conferantur, minus nocere, qui ante cibum perpetuo exercitandum esse putant; quod et Hippocratem praecipere aliqui sunt rati, (labores enim cibos praecedere, in Aphorismis legi,) non videntes, hoc loco de ordine eum loquutum exercitationis et cibi nequaquam illud affirmare, quod omnibus hominibus haec ambo conducant, imo, quibus exercitari expedit, praecedere exercitium cibos debere. Quod autem non omnibus prosit, et in libro de vulgaribus morbis aperte testatus est, ubi censet calidas naturas in quiete continendas, et in Aphorismis potentia sub universali praecepto, ubi *contrariorum contraria esse*

[159] δύναται δέ ποτε καὶ διαφωνίας φαντασία γενέσθαι κατὰ τὰ τοιαῦτα παραγγέλματα, τινῶν μὲν ἅπασαν κίνησιν σύμμετρον τῷ κινουμένῳ σώματι γυμνάσιον ὀνομαζόντων, ἐνίων δὲ τὴν σφοδροτέραν μόνην. ὥστε κατὰ μὲν τὸ πρότερον σημαινόμενον ἅπαντας ἀνθρώπους δεῖσθαι γυμνασίων, καὶ τοῦτο εὔδηλον παντί· κατὰ δὲ τὸ δεύτερον οὐκ ἀληθές. τῶν γὰρ ἐν ταῖς εἱρκταῖς ὑγιαινόντων οὐκ ὀρθῶς μοι δοκοῦσιν ἔνιοι μεμνῆσθαι· διαφθείρονται γοῦν οὗτοι πάντως ἐν τῷ χρόνῳ, κωλυόμενοι παντάπασιν ἀλείφεσθαί τε καὶ λούεσθαι· τὸ δὲ πρὸς ὀλίγας ἡμέρας ἀντέχειν αὐτοὺς τῇ νοσώδει διαίτῃ θαυμαστὸν οὐδέν. εἴπερ οὖν ἅπασα κίνησις ὑπὸ τὴν τοῦ γυμνασίου προσηγορίαν ἄγοιτο, καὶ ὁ περιπατήσας, καὶ ὁ τριψάμενος, καὶ ὁ λουσάμενος γεγυμνάσθαι ἂν λέγοιτο, ἐὰν συμμέτρως κινηθῇ τῇ παρούσῃ τοῦ σώματος καταστάσει· ἐὰν δὲ καὶ τούτων εἴρξῃς τινὰ, νοσήσει πάντως. ὁρῶμεν γὰρ νῦν εἰργομένους οὐ μόνον νοσοῦντας, ἀλλὰ καὶ ἀποθνήσκοντας ἐν ταῖς εἱρκταῖς, ἐπειδὰν κατακλεισθῶσι πλέονα χρόνον. εἰ δὲ τὰς σφοδρὰς

remedia proponit. Porro poteſt, ut pugnare aliquando videantur hujuſcemodi praecepta, quum non deſint, qui omnem motum ipſi moto convenientem exercitationem nominent, alii tantum eum, qui vehementior ſit; ita ut priore ſignificatu omnes homines exercitationem deſiderare neminem lateat, ſecundo vero ſignificatu non ita ſe habere. Eorum namque, qui in carcere ſanitatem ſuam tuentur, parum apte mihi mentionem facere quidam videntur, quippe qui tempore prorſus pereunt, ſi omnino tum ungi, tum lavari prohibentur. Quod vero ad paucos dies in ſalubri victus ratione reſiſtant, nihil ſane miri. Si igitur exercitationis vocabulo omnis motus dicatur, et qui inambulavit, et qui perſrictus, et qui lotus eſt, exercitatus dicetur, dummodo conveniente modo praeſenti corporis ſtatui ſit motus. Quod ſi quis etiam ab his ſit prohibitus, omnino aegrotabit. Qui enim ab his in carcere prohibentur, eos nunc non modo aegrotare, ſed etiam mori videmus, ſi diu ſint incluſi. Sin vehemen-

κινήσεις μόνας ὀνομάζοι τις γυμνάσια, γένοιθ᾽ οὕτως ἂν ἀληθὲς τὸ μὴ δεῖσθαι πάντας ἀνθρώπους γυμνασίων. εὐθέως μέν τοι ὁ Πριμιγένης ἐκεῖνος οὐδεμιᾶς ἐδεῖτο βιαίας κινήσεως, οὐκ ὀλίγου δὲ πρὸ τοῦ λουτροῦ περιπάτου κατὰ τὰς πρὸ τοῦ βαλανείου στοάς. ἀλλὰ καὶ τρίψασθαι μετ᾽ ἐλαίου καὶ τὸ μετὰ λουτρὸν ἀπομάξασθαι τὸ ὕδωρ αὐτάρκεις εἰσὶ κινήσεις ἀνδρὶ τοιαύτης κράσεως. ὁ δὲ καὶ πρὸ τοῦ δείπνου περιεπάτει τε καὶ διελέγετο τοῖς ἑταίροις, ὥσπερ οὖν καὶ κατὰ τὴν οἰκίαν ἕωθεν. οὔκουν ἐστί τις ὑπὸ παντελοῦς ἀργίας ὀνινάμενος. ἀλλ᾽ ὅτε ἐλινύειν ταῖς θερμαῖς φύσεσιν ὁ Ἱπποκράτης συμβουλεύει, τῶν σφοδρῶν κινήσεων ἀπέχεσθαι κελεύει. κἀγὼ πολλοὺς ὤνησα ἔτι νοσοῦντας ἐν ἀρχῇ φθινοπώρου διὰ τὰς ἐπιτηδευομένας αὐτοῖς ἤδη κινήσεις ἐν ὅλῳ τῷ θέρει· κωλύσας τοῦτο πράττειν ὑγιαίνοντας ἀπέφηνα· καθάπερ οὖν ἄλλους εἶρξα τοῦ γυμνάζεσθαι σφοδρῶς, ἑτέρους δ᾽ ἔμπαλιν ἐξ ἀργίας εἰς γυμνάσια μεταστήσας ἀνόσους διεφύλαξα, νοσοῦντας ἔμπροσθεν οὐκ ὀλιγάκις. εἰσὶ δ᾽ οὗτοι ψυχρότεροι τῶν

tiores tamen motus exercitationes vocantur, eo pacto verum fit non egere omnes homines exercitatione. Statim enim Premigenes ille nullum requirebat violentum motum, fed nec in porticu, quae eft ante balneum, exiguam ante balneum inambulationem; imo frictum effe ex oleo et a balneo deterfiffe fatis magni motus funt talis temperamenti homini. Hic vero et ante coenam ambulabat, et cum amicis difputabet: fimiliter mane quoque domi. Nusquam igitur ex ipfa in totum defidia adjutus quisquam eft. Sed quum quietem agere calidis naturis Hippocrates fuadet, vehementi motione uti vetat. Porro ipfe multos, qui propter eos motus, quos per totam aeftatem exercebant, in principio autumni quotannis aegrotabant, ne id facerent, quum prohibuiffem, fanos reddidi, quemadmodum rurfus alios a vehementi exercitatione prohibui, alios a quiete ad exercitia traducens, quum faepe ante aegrotaffent, in fanitate fervavi. Porro fi frigidiores funt iis, qui tempe-

εὐκράτων τε καὶ συμμέτρων, ἐναντίως διακείμενοι τοῖς θερμοτέροις τε καὶ ξηροτέροις. εἴρηται δὲ οὐ μόνον ἐν τῇ περὶ κράσεων πραγματείᾳ τὰ γνωρίσματα τῶν κράσεων, ἀλλὰ καὶ ἐν τῇ τέχνῃ τῇ ἰατρικῇ· τοῦτο γάρ ἐστι τὸ ἐπίγραμμα τῶν ἡμετέρων ἑνὶ βιβλίων. θαυμάσαι δ' ἔστι τῶν ἰατρῶν, ὅσοι μηδὲ τὰ διὰ τῶν αἰσθήσεων ἐναργῶς φαινόμενα γινώσκουσι. τίς γὰρ οὐχ ὁρᾷ τὴν διαφορὰν τῶν ἀνθρώπων ἐπὶ πλεῖστον ἐκτεταμένην, ὥσθ' ὑπὸ τῶν αὐτῶν ἐπιτηδευμάτων τε καὶ σιτίων ἐνίους μὲν ὠφελεῖσθαι, βλάπτεσθαι δ' ἑτέρους, ὥσπερ γε κἀν ταῖς νόσοις; ὥσθ', ὅτι μὲν οὐ χρήζουσι τῶν αὐτῶν ἅπαντες, ἐναργῶς φαινόμενον ἐχρῆν αὐτοὺς εἰδέναι, γράφοντας δὲ συγγράμματα διορίσασθαί τε καὶ διδάξαι, τίνες ὑπὸ τίνων ὠφελοῦνταί τε καὶ βλάπτονται. τίς οὖν ἡ αἰτία τοῦ παραλείπεσθαι τοὺς διορισμοὺς αὐτοῖς, καίτοι γ' ὑφ' Ἱπποκράτους εἰρημένους; ἡ ἐπίτριπτος ἐπιθυμία τοῦ δόξαν ἔχειν ἐν ἀνθρώποις αἱρεσιάρχας ὀνομασθέντας. διὰ ταῦτα μὲν γὰρ ἐκεῖνοι μὴ ἐπεχείρησαν τοῖς

rati et mediocres ſunt, et affectu plane contrario iis, qui calidiores ſiccioresque ſunt. Diximus autem temperamentorum notas non ſolum in libro de temperamentis, ſed etiam in libro de arte medica; is enim uni ex libris noſtris eſt titulus. Mirandum vero de iis medicis eſt, qui ne ea quidem, quae ſenſui evidenter apparent, agnoſcunt. Quis enim latiſſimum eſſe hominum diſcrimen nunc non videt, adeo ut eadem exercitia iidemque cibi alios bene, alios male habeant, non ſecus quam in morbis? Quare ſicuti, quod non omnes eadem requirant, ſcire decuerat, ceu manifeſte apparens, ita, quum commentarios ſcriberent, determinare ac docere, quae quibus vel conducerent, vel officerent, par erat. Quid igitur cauſae fuit, cur ejusmodi determinationes, tametſi ab Hippocrate proditas, omiſerunt? Nempe quid aliud quam perdita ambitio, dum dogmatum principes nominari, atque inde gloriam conſequi inter homines ſtudebant? Cujus cauſa illi non ea quidem, quae manifeſte apparent, ſed opiniones, quas

ἐναργῶς φαινομένοις ἀκολουθεῖν, ἀλλὰ ταῖς δόξαις αἷς ὑπέθεντο. τῶν δὲ εἰς αὐτοὺς ἐμπεσόντων νεωτέρων ἐπείσθησαν οἱ πλεῖστοι, τῷ μήτ᾽ ἄλλο τι μεμαθηκέναι βέλτιον, ἀμαθεῖς τε εἶναι καὶ ἀγύμναστοι παν[160]τάπασιν ἀποδείξεως. εἰ γάρ ἕποιτό τις ἀποδείξει, ῥᾷστα διακρινεῖ τῶν τ᾽ ἀληθῶν δογμάτων τὰ ψευδῆ, τῶν τε μετὰ διορισμοῦ γεγραμμένων τὰ μὴ τοιαῦτα, καταγνώσεταί τε πάντων ἀτεχνίας, ὅσοι χωρὶς διορισμοῦ ἔγραψάν τι.

Κεφ. ιβ΄. Πρόσχες οὖν μοι τὸν νοῦν ἄνωθεν ἐπερχομένῳ διὰ βραχέων, ὁποίους εἶναι χρὴ τοὺς διορισμούς. ὅσοις μὲν φύσει τὸ θερμὸν δακνῶδές ἐστιν, ὡς καπνώδη γεννᾷν περιττώματα, τούτοις λουτρὰ χρήσιμα, καὶ κινήσεις βραχεῖαί τε καὶ νωθραὶ, πολλαὶ δὲ καὶ ὀξεῖαι βλαβερώτεραι. τούτοις οὖν οὐ μόνον ἅπαξ, ἀλλὰ καὶ δὶς λούεσθαι τῆς ἡμέρας συμφέρει, καὶ μάλιστα θέρους, ἐσθίειν τε τροφὰς εὐχύμους, μηδὲν ἐχούσας δριμύ· πολέμιον δ᾽ αὐτῶν ἐστι τὸ ἡλιοῦσθαι, καὶ τὸ θυμοῦσθαι, καὶ τὸ φροντίζειν πολλά. τοὺς δ᾽ ἐναντίας ἢ κατὰ τούσδε φύσεως (εἰσὶ δ᾽

ipfi ultro ponebant, fequi voluerunt. Pofteri vero, qui in hos inciderunt, perfuafi plerique funt, propterea quod nec quicquam didiciffent melius et fimul rudes imperitique demonftrativae fcientiae omnino effent. Qui namque hanc fequetur, facile tum vera dogmata a falfis difcernet, tum, quae certis determinationibus fcripta funt, ab iis, quae non ita. Idem nimirum infcitiam eorum omnium damnabit, qui citra determinationem aliquid fcripferunt.

Cap. XII. Quo magis, quaenam effe determinationes debeant, altius repetentem, fed paucis, diligenter audias. Quibus mordax calor natura eft adeo, ut fumida gignat excrementa, iis balneum falubre eft, tum motus, qui et exiguus et lentus fit, multus autem et celer adverfiffimus eft. Itaque iftis non femel modo, verum etiam bis die lavari conducet, potiffimum aeftate; edere quoque boni fucci nutrimentum, in quo nihil infit acre; in fole autem verfari et irafci et multum cogitare his inimica funt. Qui diverfae ab his naturae funt, (hi autem funt, qui

οὗτοι ψυχροὶ καὶ ὑγροὶ τὴν κρᾶσιν) ἰσχυροτέρων τε κινήσεων χρεία ἔχεσθαι καὶ διαίτης πλέον ἐχούσης τὸ λεπτόν· εἴρηται δ', ἥτις ἐστὶν ἡ τοιαύτη, δι' ἑνὸς ὑπομνήματος· οὐ μὴν οὐδ' ἐν ἡλίῳ γυμναζόμενοι βλάπτονται, καθάπερ οὐδ' ἀλουτοῦντες. μεγίστη μὲν οὖν διαφορὰ ταῖς εἰρημέναις ἐστὶ φύσεσι πρὸς ἀλλήλας· ἐναντιωτάτη γὰρ ἡ ὑγρὰ καὶ ψυχρὰ κρᾶσις τῇ θερμῇ καὶ ξηρᾷ· μεγίστη δὲ ἡ ψυχρᾶς τῇ θερμῇ καὶ ὑγρᾶς πρὸς τὴν ξηράν. ἔστι δὲ ἡ μὲν ψυχρὰ καὶ ξηρὰ τῇ τῶν γερόντων ὁμοία· διὸ καὶ ταχέως γηρᾷ τὰ τοιαῦτα σώματα, καὶ λέλεκται περὶ αὐτῆς (276) αὐτάρκως ἔμπροσθεν. ἡ δ' ὑγρὰ καὶ θερμὴ τοῖς ῥευματικοῖς εὐάλωτος πάθεσι. τό γε μὴν κοινὸν ἐπὶ πασῶν τῶν δυσκράτων φύσεων ἄμεινόν ἐστι κἀπὶ τῆσδε πράττειν. ἔστι δὲ τοῦτο, κολάζειν μὲν αὐτὰ διὰ τῶν ἐναντίων ἐπὶ πολλῇ σχολῇ, φυλάττειν δὲ διὰ τῶν ὁμοίων, ἐπειδὰν ὑπὸ πλειόνων ἀσχολιῶν εἴργηταί τις ἑαυτῷ σχολάζειν. περί γε μὴν τῶν ἐν τοῖς τοιούτοις σώμασιν γυμνασίων ὧδ' ἔχει. πλείω μὲν χρὴ πονεῖν διὰ τὴν

frigido et humido temperamento funt,) valentiores motus defiderant ac victum, in quo fuperet, quod tenuem fuccum faciat. Is cujusmodi fit, diximus fingulari libro. Ili vero, nec fi in fole exercites, laeduntur, nec etiam, fi balneo abftineant. Ac maxima quidem eft dictarum inter fe naturarum differentia; adverfiffimum enim eft humidum et frigidum temperamentum ei, quod calidum eft et ficcum. Maxima rurfus eft et calidi ad frigidum, et humidi ad ficcum. Porro frigidum et ficcum fenum temperamento quam fimillimum eft; itaque etiam celeriter fenefcunt ejufmodi corpora; dictumque de hoc temperamento fupra abunde eft. Humidum vero et calidum fluxionum vitiis obnoxium eft. Caeterum, quod omnibus intemperatis naturis commune praeceptum eft, id expedit in hac quoque fervari. Eft autem id, ut eas corrigas quidem contrariis, fed dum plane in otio funt, ferves autem fimilibus, quum per negotia fibi vacare non poffunt. De exercitationibus hujusmodi corporum ita ftatuendum eft, plus quidem his laborandum effe propter corporis humiditatem, concitato

ὑγρότητα τῶν σωμάτων, σύντονα δὲ οὐ χρὴ διὰ τὴν θερμότητα. προσέχειν δ᾽ ἀκριβῶς, ὅταν ἐξ ἀργοτέρας διαίτης εἰς τὰ γυμνάσια μεταβάλλωσι· παραχρῆμα γὰρ ἁλίσκονται ῥευματικοῖς νοσήμασιν, εἰ μὴ προκενωθέντες ἅπτονται τῶν γυμνασίων. ὅσον γὰρ ἂν ἐν τῷ σώματι συνεστὸς ᾖ καὶ παχὺ κατὰ τοὺς χυμοὺς, ἢ καὶ μετρίως ψυχρὸν, αὐτίκα τοῦτο πνευματοῦταί τε καὶ χεῖται. ταῦτ᾽ ἄρα καὶ κατὰ τὸ ἔαρ αἱ τοιαῦται φύσεις μάλιστα τοῖς ὑπὸ πλήθους γιγνομένοις ἁλίσκονται νοσήμασι, συνάγχαις, κυνάγχαις, καταῤῥοις, αἱμοῤῥοΐσιν, αἱμοῤῥαγίαις, ἀρθρίτισιν, ὀφθαλμίαις, περιπνευμονίαις, πλευρίτισι, τοῖς τ᾽ ἄλλοις ἅπασιν, ὧν τὸ γένος ἐστὶ φλεγμονή. διὸ καὶ φθάνειν χρὴ κατὰ τὴν ἀρχὴν τοῦ ἦρος αἵματος ἀφαιρεῖν αὐτῶν, ἢ φλέβα τέμνοντα, ἢ ἀποσχάζοντα τὰ σφυρά. μὴ βουλομένων δ᾽ οὕτως κενοῦσθαι, καθαρτέον ἐστὶ φαρμάκῳ ποικίλῳ, [161] δυναμένῳ καὶ ξανθῆς χολῆς ἕλκειν τι, καὶ φλέγματος, καὶ τῶν ὀῤῥωδῶν περιττωμάτων. ἃ δ᾽ ἐπὶ τῶν γυμνασίων εἴρηται, ταῦτα κἀπὶ τῶν βαλανείων εἰρῆσθαι χρὴ δοκεῖν.

motu non utendum propter calorem. Porro attendendum diligenter eſt, quum ex ſegniore vitae ratione ad exercitationes ſe transferunt; illico enim fluxionum tentantur morbis, niſi prius ſint vacuati, quam exercitationes adeant. Quicquid enim in corpore concretum et craſſum in humoribus fuerit, aut etiam modice frigidum, id ſtatim in ſpiritum vertitur ac liquatur. Itaque etiam vere tales naturae maxime iis morbis patent, qui ex plenitudine oriuntur: quales ſunt ſynanchae, cynanchae, catharri, haemorrhoides, ſanguinis profluvia, articulares morbi, ophthalmiae, peripneumoniae, pleuritides, reliqui denique omnes, quorum genus eſt phlegmone. Quare etiam occurrere per veris initium ſanguinis detractione oportet, aut per inciſam venam, aut ſcarificando malleolos. Quod ſi ita inaniri recuſent, purgandi medicamento ſunt non ſimplicis facultatis, ſed quod trahere et flavam bilem, et pituitam, et ſeroſa excrementa poſſit. Quae vero de exercitationum ratione diximus, eadem et de balneo

Ed. Chart. VI. [161.] Ed. Baf. IV. (276.)

καὶ γὰρ καὶ ταῦτα σφαλερὰ, πρὶν κενωθῆναι, κενωθέντα δὲ ὠφελήσει, καὶ μάλισθ᾽ ὅσων λουτρῶν οὐκ ἔστι πότιμον ὕδωρ, ἀλλ᾽ ἔχει τινὰ διαφορητικὴν δύναμιν. ὅ γε μὴν οἶνος ὅτι μὲν ὠφελιμώτατος ταῖς ψυχραῖς καὶ ξηραῖς φύσεσιν, εἴρηται πρόσθεν. εἰ δέ γε ταῖς θερμαῖς ἁπάσαις οὐκ οἰκεῖος, ἀλλ᾽ ἄμεινον ἐπ᾽ αὐτῶν ἐστιν ὕδωρ ποτὸν, ὡς ἐν ταῖς ἐπιδημίαις γέγραπται, σκεπτέον ἐφεξῆς. ἴσως γάρ τινι δόξει παντάπασιν ἄτοπον εἶναι, νεανίσκον, ἢ τὸν στρατιωτικὸν, ἢ ἀθλητικὸν, ἤ τινα τῶν σκαπτόντων, ἢ θεριζόντων, ἢ ἀροτριώντων, ἢ ὅλως ὁτιοῦν ἰσχυρὸν ἔργον ἐργαζόμενον, ἐφ᾽ ὕδατος μόνου διαιτᾶσθαι, καὶ ταῦτα σφάλλεσθαι τὸν Ἱπποκράτην περὶ τῶν θερμῶν κράσεων ἁπλῶς ἀποφηνάμενον, ὡς ὑδροποσίας δεομένων. ἐμοὶ δ᾽ οὐχ ἁπλῶς Ἱπποκράτῃ, ἀλλὰ περὶ τῆς ἄκρως θερμῆς φύσεως εἰρῆσθαι δοκεῖ τοῦτο, κατὰ δυσκρασίαν δηλονότι τοιαύτης οὔσης, οὐ τῷ πλεῖστον ἔχειν τὸ ἔμφυτον θερμὸν, ὅπερ αὐτὸς αὐξάνεσθαί φησιν ἐν τῷ τῶν ἀθλητῶν ἐπιτηδεύματι. ἀλλ᾽ ὅγε δύσκρατος θερμὸς οὔτ᾽

dicta esse putandum; quippe quod ipsum quoque non tutum est, nisi prius inanitum corpus sit. Inanito vero utile est potissimum, cujus lavacris aqua potabilis non est, sed in qua vis aliqua per halitum digerendi subest. Vinum autem frigidis siccisque naturis utilissimum esse prius dictum est. An vero calidis omnibus idoneum non sit, sed utilior his aquae potio sit, sicuti in libro de morbis vulgaribus legimus, nunc aestimandum. Fortassis enim absurdum omnino cuipiam videbitur, juvenem, qui athleticus vel militaris sit, aut etiam fossor messorve, aut arator, vel denique qui robustum aliquod opus exercet, aquae tantum potione uti, atque in hoc falli Hippocratem, quum calida temperamenta aquae potionem poscere absolute pronunciet. Mihi vero Hippocrates non absolute id, sed de naturis summe calidis, quae utique propter intemperiem tales sint, dixisse videtur, non quod plurimum habeant naturalis caloris, quem ipse augeri in athletarum exercitio confirmat. At qui ex intemperie calidus est, is

ἀθλητὴς, οὔτε στρατιώτης, οὔτε τῶν κατὰ γεωργίαν ἢ πολιτείαν ἔργων ἀγαθὸς ἄν ποτε γένοιτο ἐργάτης· ἰσχυρῶν γάρ ἐστιν ἀνδρῶν τὰ τοιαῦτα ἐπιτηδεύματα. τοιοῦτοι δ᾽ οὐκ ἂν εἶεν ἄνευ τοῦ συμμέτρως κεκρᾶσθαι· συμμέτρως δ᾽ αὐτῶν κεκραμένων, πλεῖστον ἂν εἴη τὸ ἔμφυτον θερμόν. τῇ μὲν οὖν τοιαύτῃ φύσει σύμμετρον δηλονότι δοτέον ἐστὶ τὸν οἶνον, ὥσπερ καὶ αὐτὴ σύμμετρός ἐστι, καὶ μέχρι τοσούτου γε σύμμετρον, ἄχρι περ ἂν ᾖ σύμμετρος. ἀνάγκη γάρ ἐστι καὶ ταύτην οὐκ ἐν τῷ γήρᾳ μόνον, ἀλλὰ καὶ τῷ τῆς παρακμῆς χρόνῳ, τῆς συμμέτρου γενέσθαι ψυχροτέραν. εἴ τις δ᾽ ἄρα, ὡς ἐν ὑγιεινῇ δυσκρασίᾳ, θερμοτάτη κρᾶσις ᾖ, ταύτῃ συμφέρει μηδ᾽ ὅλως οἶνον διδόναι. τριῶν δ᾽ οὐσῶν κατὰ γένος διαφορῶν τῆς θερμῆς κράσεως, μιᾶς μὲν, καθ᾽ ἣν ἡ ἑτέρα τῶν ἀντιθέσεων, ἡ κατὰ τὸ ξηρὸν καὶ ὑγρὸν, εὔκρατός ἐστι, δευτέρας δὲ, ᾗ σύνεστιν ἀμετροτέρα τοῦ συμμέτρου ξηρότης, καὶ τρίτης, καθ᾽ ἣν ἅμα τῷ θερμῷ πλεονάζει τὸ ὑγρὸν, ἐν ᾗ μὲν ἡ ἑτέρα τῶν ἀντιθέσεων εὔκρατός ἐστιν, οὐκ ἂν γένοιτό ποτε ἄκρως

neque athleta, neque miles bonus, sed neque fossor, messor aratorve, aut denique ad rustica urbanave opera fortis unquam evadet; quippe valentium hominum ea sunt munera. Porro tales nunquam fuerint, nisi mediocri sint temperie. Atqui si media temperie sint, utique plurimus his fuerit naturalis calor. Ac tali quidem naturae mediocre profecto dandum est vinum, sicuti ipsa quoque mediocris est, atque hactenus saltem mediocre, quoad ipsa mediocris est temperamenti; quandoquidem hanc quoque necesse est non solum in senectute, sed etiam remissionis tempore media temperie frigidiorem evadere. Si quae igitur, ut in intemperie, quae intra sanitatem consistat, calidissima temperies est, huic omnino vinum non dare prodest. Sed quum triplex genere calidi temperamenti differentia sit, una, in qua reliqua contrarietas (nempe quae in humido siccoque consistit) mediam temperiem servat, altera, in qua siccitas mediocritatem exuperat, tertia, in qua una cum calido etiam humidum redundat, utique in qua altera contrarietas medium temperamentum tenet,

ἄμετρον, ἐπειδὴ τῷ τοιούτῳ ξηρότης ἐπιγίνεται διὰ ταχέων, αὕτη δὲ οὐχ ὑπόκειται τῇ ξηρᾷ· ἐν ᾗ δὲ ἐστὶ καὶ ξηρότης ἅμα τῇ θερμότητι, δυνατὸν ἐν αὐτῇ γενέσθαι ποτὲ τὴν παρὰ φύσιν θερμότητα πλείστην, ὡς ἐν ὑγιεινῇ δυσκρασίᾳ, μέχρι πλείονος χρόνου, πλείστην δὲ ἐν ὀλίγῳ χρόνῳ, καὶ τὴν μεθ᾽ ὑγρότητος ἄκρως ἄμετρον θερμασίαν, ὡς ἐν ὑγιεινῇ δυσκρασίᾳ, δυνατὸν γενέσθαι. τῇ μὲν οὖν πρῶτον ῥηθείσῃ τοσοῦτον ἐπιτρέψομεν ὑδατώδους οἴνου προσφέρειν, ὅσον ἀποκεχώρηκε τῆς ἄκρας δυσκρασίας· τῶν δ᾽ ἄλλων οὐδετέρᾳ συγχωρήσομεν, ἄκρᾳ γε οὔσῃ, καθότι δέδεικται. ταῖς γὰρ μὴ τοιαύταις δυσκρασίαις οἶνον δώσομεν ὀλίγον καὶ ὑδατώδη· τοιοῦτος δ᾽ ἐστὶν ὁ λευκὸς μὲν τῇ χροιᾷ, λεπτὸς δὲ τῇ συστάσει· καθάπερ γε καὶ ταῖς ψυχραῖς δυσκρασίαις τοὺς θερμοτέρους τῶν οἴνων προσοίσομεν. ὁ μὲν οὖν ἄκρως θερμὸς οἶνος ταῖς ἄκρως ψυχραῖς δυσκρασίαις σύμφορος, ἐπὶ δὲ τῶν ἄλλων ὁ ἀνάλογος. [162] οὐ γὰρ μόνον ἁπλῶς χρὴ μεμνῆσθαι τοῦ τἀναντία

nunquam summe immodica, quandoquidem huic siccitas statim supervenit, ista vero non semper juncta est cum sicca. At in qua siccitas calori est adjuncta, in hac incidere aliquando plurimus, ut in intemperie, quae cum sanitate consistat, praeter naturam calor potest, idque longo tempore. Plurimam vero brevi spatio etiam, quae cum humiditate conjuncta est, immoderatam caliditatem, ut in sanitatis intemperie, fieri licet. Ac ei quidem, quam primo loco diximus, differentiae tantum aquosi vini exhiberi sinemus, quantum a summa intemperio ipsa recessit, reliquarum autem neutri, praesertim quum summa sit, quemadmodum ostensum est. Quae enim tales intemperies non sunt, iis dandum vinum, sed paucum et aquosum; tale porro est, quod colore quidem est album, substantia tenue; sicut e diverso frigidae intemperiei calidiora vina praebemus. At quod calidissimum quidem vinum est, id frigidissimae intemperiei est utile; reliquis vero, quod proportione respondet. Neque enim ejus tantum meminisse oportet, quod contraria contrariorum

τῶν ἐναντίων ἰάματα ὑπάρχειν, ἀλλὰ καὶ τοῦ καθ' ἑκάστην ἐναντίωσιν ποσοῦ. καθάπερ οὖν ἐπὶ τῶν φαρμάκων ἐδείξαμεν, ὡς οὐ μόνον χρὴ σκοπεῖν, εἰ θερμὸν ἢ ψυχρόν ἐστιν, ἀλλὰ καὶ τίνος δι' αὐτῶν τάξεως, οὕτω κἀπὶ τῶν οἴνων ἐστὶ ποιητέον, οὐ τὸν ὑδατώδη μόνον ἢ τὸν θερμὸν αἱρουμένους, ἀλλὰ καὶ τὸν τὴν ἀντιλογίαν ἔχοντα τῆς ἑαυτοῦ θερμότητος ἢ ψυχρότητος οἰκείαν ὡς πρὸς τὸ τῆς δυσκρασίας εἶδος. ταῦτα δὲ περὶ τῶν μέσην ἡλικίαν ἐχόντων τοῦ γήρως εἴρηται, γινωσκόντων ἡμῶν τὸ μὲν πρῶτον αὐτοῦ μέρος, ὃ τῶν ὠμογερόντων ὀνομάζουσι, δυναμένων ἔτι πράττειν τὰ πολιτικὰ, τὸ δὲ δεύτερον, ἐφ' οὗ τὸ σύμφορον ὄνομα φέρουσιν, αὐτὸ τοῦτο εἶναι, καθ' οὗ λέγουσιν,

— — Ἐπὴν λούσαιτο φάγοι τε,
Εὑδέμεναι μαλακῶς — —

οὐ μὴν ἐπί γε τῆς τρίτης, ἐν ᾗ τὸν γραμματικὸν ἔφην Τήλεφον ὄντα ἐν τῷ μηνὶ δὶς ἢ τρὶς λούεσθαι· διὰ γὰρ τὴν ἀῤῥωστίαν τῆς δυνάμεως οὐ φέρουσιν οὗτοι τὰ συνεχῆ λουτρά. πρόσεστι δ' αὐτοῖς τὸ μηδ' ἀθροίζειν δακνώδη περιττώματα

ſint remedia, ſed etiam quantitatis rationem in ſingulis contrariis habere. Ergo, ſicuti de medicamentis oſtendimus, non ſolum aeſtimandum eſſe, calidumne an frigidum quicquam ſit, ſed etiam quoti in his ordinis ſit, ita et de vinis eſt agendum, non ſolum aquoſum aut calidum deligentibus nobis, ſed quod, ut ad intemperiei ſpeciem, calore frigoreve ſuo convenienter occurrit. Haec vero dicta mihi de iis ſunt, qui mediam ſenectutis aetatem agunt, utique nec ignoranti, primam ejus partem eſſe, quae eorum, qui cruda viridique adhuc ſenecta ſunt, dicitur, propterea quod adhuc obire civilia negotia poſſunt; ſecundam autem, cui apte nomen ipſum inditur eo, quod ipſa ſit, de qua dicitur,

Ut lavit, ſumpſitque cibum, det membra ſopori.

Quod tamen in tertiam non convenit, in qua Telephum grammaticum bis terve menſe lavari dixi; propter enim virium infirmitatem aſſiduum balnei uſum non ſuſtinent. Accedit, quod per habitus frigiditatem mordacia hi excre-

Ed. Chart. VI. [162.] Ed. Baſ. IV. (276.)

διὰ τὴν ψύξιν τῆς ἕξεως. ὀνομάζουσι δὲ τὸν κατὰ τὴν ἡλικίαν ταύτην πέμπελον, ὥς οἱ ταῖς ἐτυμολογίαις χαίροντές φασι, παρὰ τὸ ἐκπέμπεσθαι τὴν εἰς ᾅδου δηλονότι πομπήν.

menta non pariunt. Nominant eum, qui ad hanc partem pervenit, capularem: ſic ajunt, qui vocabulorum etymologiis gaudent, ab eo, quod eſt mittere in pompam, quae ducit ad Manes.

ΓΑΛΗΝΟΥ ΥΓΙΕΙΝΩΝ ΛΟΓΟΣ Ζ.

Ed. Chart. VI. [163.] Ed. Baf. IV. (277.)

Κεφ. α'. Ἑτέρας ὑποθέσεως ὑγιεινῶν θεωρημάτων ἀρχὴν ἐν τῷδε ποιούμενον ἀναμνῆσαι δεῖ με τὰ κεφάλαια τῶν ἔμπροσθεν εἰρημένων, ἀναγκαῖα τοῖς λεχθησομένοις ὄντα. πρῶτον μὲν οὖν ἐῤῥήθη, τί ποτ᾽ ἐστὶν ὑγίεια· δεύτερον δὲ ὑπ᾽ αὐτῇ, καθόλου τίς ὑπογραφή· τρίτον δὲ, πῶς ἂν φυλάττοιτο· καὶ πρὸς τούτῳ, ὅτι μεταβάλλει διαπαντὸς τὰ τῶν ζώων σώματα, καὶ κατὰ τοῦτο ἀναγκαῖον εἴη καὶ τὴν ὑγίειαν αὐτῶν κινδυνεύουσαν φθαρῆναι τῆς ἐξ ἡμῶν ἐπικουρίας δεῖσθαι πρὸ τοῦ μεγάλην γενέσθαι

GALENI DE SANITATE TVENDA LIBER SEXTVS.

Cap. I. Aliud hujus de ſanitate tuenda ſpeculationis argumentum hoc libro inchoaturus repetenda cenſeo eorum, quae hactenus tractata ſunt, capita; quae utique dicendis ſint neceſſaria. Igitur primum diximus, quid ſit ſanitas; ſecundo loco, quae ejus univerſalis deſcriptio; tertio, quemadmodum ſervari ea poſſit. Ad haec illud adjectum eſt, animalium corpora perpetuo mutari, indeque adeo neceſſe eſſe ſanitatem eorum, quae alias corrumpi periclitetur, noſtra indigere providentia, priusquam inſi-

μεταβολὴν, ὡς νοσεῖν ἤδη σαφῶς. ἐπικουρία δ᾽ ἐστὶν ἐξ ἐδεσμάτων τε καὶ πομάτων ἀναπληρούντων ὅσον ἀποῤῥεῖ τῆς τοῦ σώματος οὐσίας. ἑτέρα δ᾽ ἀβοήθητος ἐδείχθη μεταβολὴ, κατὰ τὸν τῶν ἡλικιῶν λόγον γιγνομένη, ξηραινομένου τοῦ παντὸς ζώου μετὰ τὴν πρώτην γένεσιν ἄχρι τῆς τελευτῆς ἐν τῷ μεταξὺ χρόνῳ παντί. τοὺς δ᾽ ἀγνοοῦντας τὴν ὑγιεινὴν δίαιταν εἰκός ἐστι θᾶττον ἢ κατὰ τὸν τῆς φύσεως λόγον ἀποθνήσκειν. ἐπεὶ δ᾽, ὡς ἔφην, ἀναγκαῖον μὲν ἐστὶ τρέφεσθαι ζῶον ἅπαν γεννητὸν, ἡ δ᾽ οὐσία τῶν ἐδεσμάτων οὐκ ἔστιν ἅπασα τρόφιμος, καὶ διὰ τοῦτο τὸ περιττὸν αὐτῆς ὑπολείπεταί τι μοχθηρὸν, ὃ καλοῦσιν ἰδίως περίττωμα, παρεσκευάσθη τῇ φύσει μόρια τοῦ σώματος εἰς τὴν διάκρισίν τε καὶ κένωσιν αὐτοῦ. πολλῆς δὲ οὔσης ἐν τῇ τῶν σωμάτων φύσει διαφορᾶς, εὔλογόν ἐστι καὶ τὴν ἑκάστου πρόνοιαν ὑγιεινὴν ἰδίαν ὑπάρχειν ἑκάστῳ. [164] πρῶτον οὖν ὑποθέμενοι τῷ λόγῳ τὸν ἄριστα κατεσκευασμένον ἄνθρωπον, ὅπως ἄν τις τοῦτον ὑγιαίνοντα διαφυλάττοι,

gnis adeo fiat mutatio, ut jam manifeste aegrotent; providentiam vero non aliunde constare, quam ex cibo potuque, quibus, quod de substantia corporis decidit, reficiatur. Alterea incurabilis demonstrata est mutatio, quae pro aetatis ratione accedit, propterea quod cujusque animalis corpus a prima generatione ad exitum usque toto intermedio tempore siccescat. Caeterum, qui salubrem vivendi rationem ignorant, aequum est hos citius, quam ratione, interire. Quoniam autem (ut diximus) necesse est omne genitum animal nutriri, substantia vero ciborum universa in nutrimentum non abit, ac proinde vitiosum quiddam ex supervacuo ejus relinquitur, quod proprie excrementum vocant, praeparatae a natura quaedam corporis partes sunt, quae id secernant atque emittant. Plurima vero quum sit in naturis corporum differentia, aequum est suam esse cuique sanitatis tuendae providentiam. Primum igitur, hominem, qui optimo sit statu, pro materia tractationis propositum quemadmodum

διελθεῖν προὐθέμεθα. πολλῶν δ' αἰτίων κατὰ πολλοὺς τρόπους διακοπτόντων τὴν ὑγιεινὴν ἀγωγὴν, ὑπεθέμεθα τὸν ἄριστα κατεσκευασμένον ἑαυτῷ φυλάττειν ἐλεύθερον ὄντα πολιτικῆς ἀσχολίας ἁπάσης. καὶ τοῦτον ὥσπερ ἄν τις ἀπὸ πρώτης ἡλικίας ἄχρι γήρως ἐσχάτου διαφυλάξειεν ὑγιαίνοντα, διελθόντες ἐν τοῖς πρώτοις ὑπομνήμασι πέντε, μεταβησόμεθα νῦν ἐπί τε τοὺς κατὰ περίστασιν πραγμάτων ἀδυνατοῦντας ἐν τοῖς προσήκουσι καιροῖς ἐσθίειν τε καὶ πίνειν καὶ γυμνάζεσθαι, καὶ τοὺς εὐθὺς ἐξ ἀρχῆς νοσώδη κατασκευὴν σώματος ἔχοντας. συντομώτερος δὲ τοῦ πρόσθεν ὁ περὶ τούτων ἐστὶ λόγος, καίτοι γε, ὅσον ἐφ' ἑαυτῷ, μακρότερος ὢν, διὰ τὸ προειρῆσθαι τῶν πλείστων ὑλῶν τὰς δυνάμεις, αἷς εἰς τὴν ὑγιεινὴν πρόνοιαν χρώμεθα. διά τε γὰρ τρίψεων, καὶ λουτρῶν, καὶ γυμνασίων, ἐδεσμάτων τε καὶ ποτῶν, θάλψεών τε καὶ ψύξεων, ἀφροδισίων τε χρήσεως καὶ ἀποχῆς, εἴ τί τε τοιοῦτόν ἐστιν ἄλλο, τὰς μεταβολὰς τοῦ σώματος ὁρῶμεν γιγνομένας, ὧν, ὡς ἔφην, εἴρηνται πρόσθεν αἱ δυνάμεις.

quifpiam in fanitate cuftodiat, tradere ftuduimus. Quum autem variae occafiones fint, quae falubrem vivendi regulam pluribus modis intercipiant, eum, qui optimo corporis fit ftatu, ac ab omni civili negotio liberum, in fanitate fervare propofuimus. Atque hunc quidem, quum in primis quinque libris, quemadmodum quis a prima ineunte aetate ad ultimam usque fenectutem in fanitate cuftodiat, docuerimus, nunc ad eos veniemus, quibus per negotiorum qualitates edere, bibere atque exercitari debito tempore non licet; praeterea ad eos, qui ftatim ab ortu morbofum corporis ftatum funt fortiti. Sane brevior erit de his fermo, quam prior, quamvis fuapte natura longior fit, propterea quod plurimarum materiarum vires, quibus ad fecundae valetudinis tutelam utimur, praedictae jam funt. Nam quum frictione, balneo, exercitatione, cibo, potione, calefactione et refrigeratione, veneris tum ufu, tum abftinentia, et fi quid aliud ejusmodi eft, mutationes fieri corporis cernamus, utique horum omnium vires (ut dixi) prius funt proditae.

Κεφ. β'. Αἱ μοχθηραὶ δὲ τῶν σωμάτων κατασκευαὶ διτταὶ κατὰ γένος εἰσίν· ἔνιαι μὲν γὰρ αὐτῶν ὁμαλῶς, ἔνιαι δὲ ἀνωμάλως ἔχουσι κεκραμένα τὰ στοιχειώδη τε καὶ πρῶτα τοῦ σώματος μόρια, καλούμενα δ' ὑπ' Ἀριστοτέλους ὁμοιομερῆ. λέγω δ' ὁμαλῶς μὲν, ὅταν ἐπί τινα δυσκρασίαν ἐκτραπῇ πάντα ὁμοίως τὰ τοῦ σώματος μόρια, ψυχρότερα τοῦ προσήκοντος ἢ θερμότερα γενόμενα, ἢ ξηρότερα ἢ ὑγρότερα, καὶ κατὰ συζυγίαν τινὰ μὲν ἅμα θερμότερά τε καὶ ξηρότερα, τινὰ δὲ ὑγρότερα καὶ ψυχρότερα γιγνόμενα, καί τινα μὲν ὑγρότερα καὶ θερμότερα, τινὰ δὲ ψυχρότερα καὶ ξηρότερα. καὶ μέντοι καὶ κατὰ τὴν τῶν ὀργανικῶν μορίων σύνθεσιν ἔνια μὲν ὁμαλῶς, ἔνια δὲ ἀνωμάλως σύγκειται. πρῶτον μὲν οὖν ἐρῶ καὶ νῦν, ὁποῖαι κατασκευαὶ σωμάτων εἰσὶν αἱ νοσωδέσταται, καθάπερ καὶ πρόσθεν ἐδήλωσα τὴν ὑγιεινήν. ἀλλ' αὕτη μὲν μία, τὸ γὰρ ἄριστον ἐν παντὶ γένει πράγματος ἕν ἐστι· τὰ μοχθηρὰ δὲ δηλονότι πάμπολλα. διττὴ δ' αὐτῶν ἐστιν ἡ γενικὴ διαφορὰ, καθάπερ ἀρτίως εἶπον, ἐνίων μὲν ἐν ὁμοίᾳ δυσκρασίᾳ ἅπαντα

Cap. II. Vitiosi autem corporum status genere duplices sunt, quum elementares et primas corporis partes, quas Aristoteles similares vocat, alii aequabiliter, alii inaequabiliter temperatas habeant. Dico autem aequabiliter temperari, quum ad aliquam intemperiem versae aequabiliter corporis partes omnes aut frigidiores justo, aut calidiores sunt redditae, aut ficciores, aut humidiores; aut per conjugationem quaedam calidiores simul et ficciores, quaedam humidiores pariter et frigidiores, et quaedam humidiores et calidiores, quaedam ficciores et frigidiores. Quin etiam in instrumentalium partium compositione quaedam aequaliter, quaedam inaequaliter sunt conditae. Ac primum quidem dicam hic quoque, qui status corporum sint morbosissimi, sicuti et prius salubrem ostendi. Verum is unicus erat; etenim in omnium rerum genere quod optimum est, id unum est; vitiosa vero plurima sunt. Duplex tamen est eorum secundum genus differentia, ceu paulo ante dixi, aliis simili intemperie omnes partes ha-

ἐχόντων τὰ μόρια, τινῶν δ' ἐν διαφερούσῃ. τῶν μὲν οὖν ὁμοίαν ἐχόντων δυσκρασίαν εὔδηλον ὡς χείριστά ἐστι τὰ σφοδρὰς ἔχοντα ταύτας, καὶ μάλιστα τὰς ψυχρὰς ἅμα καὶ ξηράς· τῶν δ' ἀνωμάλους ἐχόντων κατασκευὰς σωμάτων οὐδ' ἀριθμῆσαι ῥᾴδιόν ἐστι τὰς ὑπαλλάξεις. ἀλλὰ κἀκεῖνα δ' ὑπαλλάξειεν ἄν τις διττοῖς εἴδεσιν, ἢ γένεσιν, ἢ ὅπερ ἄν τις ὀνομάζειν ἐθέλοι. νοσωδέστατα μὲν γὰρ αὐτῶν ἐστιν, ὅσα ταῖς ἐναντίαις κράσεσι τὰ κυριώτατα τῶν μορίων ἔχει πλεονεκτούμενα· μετριώτερα δ', ἐν οἷς οὕτω διάκειται τὰ μὴ κύρια. τεθέαμαι γάρ τινας ἤδη ἔχοντας κοιλίαν μὲν ψυχρὰν, κεφαλὴν δὲ θερμὴν, ὥσπερ ἐνίους ἔμπαλιν ἐπὶ κεφαλῇ ψυχρᾷ θερμὴν κοιλίαν. [165] ἐθεασάμην δὲ κατὰ συμβεβηκὸς, οὐ πρώτως, οὐδὲ κατὰ τὸν ἴδιον λόγον τῆς κράσεως ἐκχολουμένην γαστέρα συνεχῶς, οὐκ οὖσαν φύσει θερμὴν, ὥσπερ γε καὶ ψυχομένην ἑτέραν, καίτοι οὐκ οὖσαν φύσει ψυχράν· οὕτως δὲ καὶ κεφαλὴν, ἧπάρ τε καὶ σπλῆνα, καὶ ἄλλο μόριον ἀπολαῦον ἐνίοτε τῆς ἑτέρας δυσκρασίας, ἤτοι μηδὲν αὐτὸ φύσει βεβλαμ-

bentibus, aliis diſſimili. Atque eorum quidem, qui ſimilem intemperiem habent, peſſime ſe habere conſtat eos, qui has validas habent, ac potiſſimum frigidas ſimul et ſiccas. At qui inaequales habent corporis conſtitutiones, horum numerare quidem varietates facile non eſt, caeterum illos quoque duplici genere ſpecieve, ſive quovis alio modo nominare velis, varia ſtatueret aliquis. Nam maxime quidem morboſi ſunt, quorum principes partes contrariis temperamentis ſunt affectae; minus vero obnoxii valetudini ſunt ii, quibus partes non principes ita ſe habent. Equidem aliquos jam vidi, quibus venter frigidus erat, caput calidum, ſicut contra, quibus caput frigidum erat, venter calidus. Vidimus autem et ex accidenti, non primum, nec propria temperamenti ratione aſſidue afflictum bili ventrem, qui alioqui non erat natura calidus, quemadmodum certe et refrigeratum alterum, quamvis non eſſet natura frigidus; ad eundem modum et caput, et jecur, et lienem, atque etiam alias partes aliarum quandoque intemperie affici, quum aut ipſae

Ed. Chart. VI. [165.] Ed. Bas. IV. (277.)

μένον εἰς τὴν προσήκουσαν κρᾶσιν, ἢ διακείμενον ἐναντίως αὐτῇ. περὶ πρώτων οὖν ὁ λόγος ἔσται μοι τῶν ὁμαλὴν τὴν δυσκρασίαν ἐχόντων, ἀπὸ τῶν θερμοτέρων ἀρξαμένῳ. λέλεκται δ' ἐν τοῖς περὶ κράσεων, ἀδύνατον εἶναι διαμένειν ἐπὶ πολὺ δυσκρασίαν τινὰ μίαν, αὐτὴ γὰρ ἑαυτῇ προσκτᾶταί τινα ἐξ ἀνάγκης ἑτέραν. διὸ καὶ τοῖς πλείστοις τῶν ἰατρῶν τέτταρες ἔδοξαν εἶναι μόναι δυσκρασίαι σύνθετοι, τὰς δὲ ἁπλᾶς οὐκ εἶναι· τήν τε γὰρ θερμὴν ἐξικμάζουσαν ἀεὶ τὰς ὑγρότητας ἐπικτᾶσθαι ξηρότητα, τήν τε ψυχρὰν, ἅτε οὐκ ἐκδαπανῶσαν, ὑποτρέφειν ὑγρότητα, κατὰ ταὐτὰ δὲ καὶ τὴν ξηρὰν ἐν μὲν τῷ χρόνῳ τῶν αὐξητικῶν ἡλικιῶν ἑαυτοῦ θερμότερον ἀποφαίνειν τὸ ζῶον, ἐν δὲ τῷ τῶν παρακμαστικῶν ἀποψύχειν· ξηραίνειν μὲν τὰ στερεὰ μόρια τοῦ σώματος, ἀθροίζειν δὲ περιττωμάτων πλῆθος· ὥσπερ γε καὶ τὴν ὑγρὰν, ἣν ἅμα τῷ θερμοτάτῳ συμμέτρῳ συστῇ, γίνεσθαί ποτε κατ' ἀμφοτέρας τὰς ἀντιθέσεις εὔκρατον. ἀμφοτέρας δ' ἀντιθέσεις δηλονότι λέγω τὴν κατὰ τὸ θερμὸν καὶ

haudquaquam laesae in proprio temperamento essent, aut etiam contrarium plane quam illae affectum haberent. Primum ergo de iis verba faciam, qui aequali sunt intemperie, idque ab iis, qui praecalidi sunt, auspicatus. Sane dictum a nobis in libro de temperamentis est, fieri non posse, ut intemperies quaelibet sola diu duret, quando ipsa sibi ipsi alteram ex necessitate adsciscit. Indeque factum, ut plerique medicorum quatuor tantum esse intemperies putarint, easque compositas, simplices vero ne esse quidem. Nam et calidam, dum humiditates semper consumit, parere siccitatem, et frigidam, dum nihil absumit, subalere humiditatem. Eodem modo et siccam per eas aetates, quibus augescit animal, calidius ipsum semper efficere, quibus vero decrescit, refrigerare et siccare quidem solidas corporis partes, congerere vero abundantiam excrementorum. Simili modo, si humida cum modice calida coierit, existere aliquando in utraque oppositione mediam temperiem. Utramque oppositionem intelligo et quae ex calido ac frigido consistit, et quae

ψυχρὸν καὶ τὴν κατὰ τὸ ξηρὸν καὶ ὑγρόν. ἔσται δ' εὔκρατος ἡ τοιαύτη κατὰ τὸν τῆς ἀκμῆς καιρὸν, οὐχ ἥκιστα δὲ κἂν τῷ κατὰ τὴν παρακμὴν, ὡς ἐκείνοις πρέπει. τὴν μὲν γὰρ ἀρίστην κρᾶσιν ἴσχει τὸ σῶμα κατὰ τὴν τῶν μειρακίων ἡλικίαν, αἱ δ' ἄλλαι πᾶσαι χείρους ταύτης εἰσὶν, ὡς ἐδείχθη. καὶ μέντοι καὶ τοῦτ' ἀναμεμνήσθω, ἕν τι ὂν αὐτὸ τῶν εἰρημένων. διττῶν γὰρ οὐσῶν ἐνεργειῶν κατὰ τὰ ζῶα, τὰς μὲν σωματικὰς οἱ παῖδες ἀρίστας ἔχουσι, τὰς δὲ ψυχικὰς ἡ μετὰ τοὺς παῖδας ἡλικία μέχρι τῆς παρακμαστικῆς. οὐκ ἔστι δὲ καὶ ἐτῶν ἀριθμῷ περιορίσαι ταύτας, καθάπερ ἔνιοι πεποιήκασι, πλὴν ἢ κατὰ πλάτος. ἡβάσκειν οὖν ἄρχονταί τινες ἅμα τῷ πληρῶσαι τὸ τεσσαρεσκαιδέκατον ἔτος, ἔνιοι δὲ μετ' ἐνιαυτὸν, ἢ καὶ πλείονα χρόνον· ἀρχήν τε τῆς παρακμῆς ἴσχουσιν, ἔνιοι μὲν εὐθέως μετὰ τὸ τριακοστὸν ἔτος, ἔνιοι δὲ μετὰ τὸ τριακοστὸν πέμπτον. τὴν μὲν οὖν ἰσχὺν ἅπαντες ἄνθρωποι καθαιροῦνται μετὰ τὴν ἀκμαστικὴν ἡλικίαν, οὐ μὴν τήν γε ὑγίειαν ἀπολλύουσιν, ἀλλ' ἧττον μὲν ἐπαινετὴν ἔχου-

ex ficco et humido. Erit autem medii temperamenti ejusmodi intemperies in ipfo vigoris tempore, maxime vero in declinatione, prout ipfi convenit. Optimam namque temperiem in adolefcentia corpus obtinet, reliquae omnes aetates deteriores hac funt, ut prius eft oftenfum. Atque hoc etiam meminiffe conveniat, unum id quoque ex iis, quae dicta funt. Quum enim duplices actiones in animalibus fint, certe corporeas pueri praecipuas obtinent; quae animi funt, ea quae a pueris ad declinationem usque fuccedit aetas. Nec tamen eft has aetates annorum numero circumfcribere, quemadmodum nonnulli fecerunt, nifi forte in latitudine quadam. Ergo pubefcere quidem incipiunt aliqui, ubi quartumdecimum annum expleverunt, quidam uno poft anno, aut etiam amplius. Initium praeterea declinationis nonnulli habent ftatim a trigefimo anno, nonnulli poft quintum et trigefimum. Ac robur quidem omnibus minuitur poft ipfam fummi vigoris aetatem, non tamen hi fanitatem amittunt, tametfi minus hanc quam ante laudabilem habent. Cae-

σιν ἢ πρόσθεν, ἔχουσι δ᾽ ὅμως οὐ μόνον ἄχρι γήρως ἀρχῆς, ἀλλὰ καὶ κατ᾽ αὐτὸ τὸ γῆρας ὅλον, ὃ δὴ δοκεῖ τισιν εἶναι νόσημα φυσικὸν, ὁπόταν μήτ᾽ ὀδυνῶνταί τι, μήτε τινὰ τῶν ἐνεργειῶν, αἷς εἰς τὰς κατὰ τὸν βίον (278) πράξεις χρώμεθα, τελέως ἀπολέσωσιν, ἢ μὴ παντάπασιν ἄῤῥωστον ἔχωσιν, ὑγιαίνουσιν ὑγίειαν οὖσαν οἰκείαν γήρα. μεμνῆσθαι γάρ δεῖ που καὶ τῶν περὶ τῆς ὑγιείας ἀποδεδειγμένων, ὡς πάμπολυ τὸ πλάτος αὐτῆς ἐστιν. εἰ δὲ καὶ τρίτη τίς ἐστι διάθεσις σώματος, ἣν οἱ περὶ τὸν Ἡρόφιλον οὐδετέραν ὀνομάζουσι, τὴν τοῖς ἐκ πυρετῶν χαλεπῶν διασωθεῖσιν ὑπάρχουσαν κατὰ τὸν τῆς ἀναλήψεως χρόνον, καὶ τῇ τοῦ γήρως ἡλικίᾳ, τὸ μὲν ἔξω νόσου τοῖς γέρουσιν εἶναι πάντως ὑπάρξει, τὸ δὲ τὰς ἐνεργείας ἰσχυρὰς ἔχειν ὁμοίως τοῖς ἀκμάζουσιν οὐχ ὑπάρχει. ἀλλ᾽ ἐὰν, εἰς ὅσον γέροντι χρεία βλέπειν τε καὶ ἀκούειν καὶ βαδίζειν καὶ τἄλλα πράττειν δύνασθαι, μηδὲν ἐλλίπῃ τὸ σῶμα, καὶ τοῦτ᾽ ἄν τις εἰκότως ὀνομάζοι γέροντος ὑγίειαν, ὅλον τοῦτο λέγων ὑγίειαν γέροντος, οὐχ ἁπλῶς ὑγίειαν. [166] ἐκείνη μὲν

terum hanc habent non folum usque ad initium fenectutis, verum etiam in ipfa fenectute tota, quae ipfa quoque quibusdam naturalis effe morbus videtur. Quum enim nec dolore anguntur ullo, nec ullam actionum earum, quibus ad vitae munera utimur, aut penitus amiferunt, aut omnino imbecillam non habent, utique fani funt fanitate, quae fenectuti fit congrua. Meminiffe enim profecto oportet eorum, quae de fanitate demonftrata funt, nempe quod ampla fit ejus latitudo. Jam fi tertia quoque corporis affectio eft, quam neutram Herophilus appellat, quae in iis, qui e gravi evaferunt febri, convalefcendi tempore cernitur, et fenili aetate, omnino extra morbum fenes erunt, actiones tamen perinde, ut ii, qui in flore aetatis funt, firmas valentesque non habebunt. Verum, fi ad videndum, audiendum, ingrediendum aliaque facienda, quae feni expediunt, corpus nullo modo defit, etiam hoc jure fenis fanitatem appelles, utique totum hoc jungens, fenis fanitatem, non abfolute

γὰρ ἄμεμπτός ἐστι τὴν διὰ τῶν ἐνεργειῶν ἀρετὴν, μεμπτὴ δ᾽ ἡ τῶν γερόντων· ἔχουσα γὰρ ἁπάσας τὰς ἐνεργείας οὐδεμίαν ἐῤῥωμένην ἔχει. καὶ δὴ καὶ τὸ γηροκομικὸν ὀνομαζόμενον μέρος τῆς ἰατρικῆς σκοπὸν ἔχει τὴν γεροντικὴν ὑγείαν εἰς ὅσον οἷόν τε διαφυλάττειν. ὅσα δὲ σώματα νοσώδη κατασκευὴν ἔσχηκεν εὐθὺς ἐν τῇ πρώτῃ γενέσει, ταῦτα τὴν ἀρχὴν μὲν οὐδ᾽ ἀφικνεῖταί ποτε εἰς τὸ γῆρας, εἰ δ᾽ ἀφίκοιτο, πάντα ἕν γέ τι νόσημα χρόνιον ἴσχει. προὐθέμεθα δ᾽ ἐν τῷ νῦν λόγῳ περὶ τῶν μοχθηρὰν ἐχόντων κατασκευὴν διελθεῖν, σκοποῦντες, ὅπως ἄν τις αὐτὰ φυλάττοι κατὰ τὸ πλεῖστον ὑγιαίνοντα.

Κεφ. γ'. Τὴν ἀρχὴν οὖν ἀπὸ τῶν ὁμαλὴν τὴν δυσκρασίαν ἐν ἅπασι τοῖς μέρεσι τοῦ σώματος ἐχόντων ποιησάμενοι λέγωμεν ἤδη περὶ τῆς θερμοτέρας κράσεως, οὐ μὴν ἐν τῇ καθ᾽ ὑγρότητα καὶ ξηρότητα συμμετρίᾳ μεμπτῆς. εὐθὺς μὲν οὖν ἀπ᾽ ἀρχῆς ἡ τοιαύτη φύσις τοῦ σώματος ὑγιεινοτέρα φαίνεται τῆς κατ᾽ ἀμφοτέρας τὰς ἀντιθέσεις δυσκράτου· λέγω δ᾽ ἀμφοτέρας, τῆς τε κατὰ θερμότητα

ſanitatem. Haec enim propter ipſam actionum virtutem integra eſt, et de qua queri non poſſit; ſenum ſanitas querimoniis non vacat; quamvis enim omnes actiones habet, nullam tamen validam habet. Atque adeo illa pars artis, quae ſenes regit et moderatur, huc tantum conſilia dirigit, ut ſanitatem eorum, quatenus fieri licet, tueatur. Corpora vero, quae a prima ſtatim generatione morboſa ſunt, ea plane ad ſenectutem nunquam perveniunt, aut, ſi quando pervenerunt, uno ſaltem diutino morbo penitus laborant. Propoſuimus autem in hoc libro de iis differere, qui vitioſo corporis ſunt ſtatu, atque, hos quemadmodum ſanos plurimum tueamur, disquirere.

Cap. III. Ergo initio ab iis ſumpto, qui aequalem in omnibus corporis partibus intemperiem habent, primum de iis agamus, qui calidius temperamentum ſortiti ſunt, caeterum in humiditate ac ſiccitate modice ſe habent. Ac talis quidem corporis natura ab initio ſtatim magis apparet ſana, quam ea, quae in utraque oppoſitione vitioſa eſt; utramque oppoſitionem intelligo, et quae ex

καὶ ψυχρότητα, καὶ τῆς καθ' ὑγρότητα καὶ ξηρότητα. καὶ τούς τε ὀδόντας φύσει θᾶττον, καὶ φθέγξεται διηρθρωμένην φωνὴν, καὶ βαδιεῖται θᾶττον, αὐξήσεταί τε κατὰ τὴν ἀναλογίαν ἑκάστοτε τῶν ἐτῶν. ἐπειδὰν δὲ τὴν τῶν μειρακίων ἡλικίαν διεξέλθῃ, τὸ μεταξὺ πᾶν ἄχρι τῆς παρακμῆς σαφῶς πλέον ἤδη φανεῖται θερμὸν, ὡς τοῖς ἀπὸ ξανθῆς χολῆς νοσήμασί τε καὶ συμπτώμασιν εὐάλωτον ὑπάρχειν. ἡ γάρ τοι πολλὴ θερμότης ἐκδαπανῶσα τὴν ὑγρότητα ξηροτέραν ἐργάζεται τὴν κρᾶσιν. οὔσης δὲ καὶ τῆς τῶν ἀκμαζόντων ἡλικίας θερμῆς, ἡ συζυγία τῆς κράσεως αὐτῶν ἔσται θερμή τε ἅμα καὶ ξηρά· χολὴ δὲ ἐν ταῖς τοιαύταις κράσεσιν ἥ ὠχρά τε καὶ ξανθὴ καλουμένη πλεονάζει. τοὺς οὖν οὕτως πεφυκότας ἄχρι μὲν τῆς τῶν μειρακίων ἡλικίας ὁμοίως χρὴ τοῖς ἄριστα πεφυκόσι διαιτᾷν, ὑπὲρ ὧν εἴρηται κατὰ τὸν ἔμπροσθεν λόγον· ἐπειδὰν δὲ τέλειον αὐτῶν ᾖ τὸ σῶμα, διασκέψασθαι προσήκει, πότερον ὑπέρχεται τὸ περιττὸν τῆς χολῆς αὐτοῖς ἅμα τοῖς διαχωρήμασιν, ἢ πρὸς τὴν ἄνω κοιλίαν ὁρμᾷ. κάτω μὲν ὑπιόντος αὐτοῦ, πρόδηλον, ὡς χρὴ

calido et frigido consistit, et quae ex humido et sicco. Eadem dentes edet citius, et citius articulatam vocem proferet, et citius ambulabit, et singulis annis ad proportionem increscet. Postea vero, quam adolescentiae annos compleverit, exinde ad declinationem usque manifeste calidior apparebit, sic ut tum morbis, tum symptomatis, quae a bile oriuntur, facile sit obnoxia. Multus namque calor, dum humorem absumit, siccius temperamentum reddit. At quum florens jam aetas item calida sit, nimirum composita eorum temperies calida simul siccaque erit. In talibus autem temperamentis bilis abundare tum pallida tum flava solet. Ergo, qui hac natura sunt, ad aetatem usque adolescentiae similiter educandi iis sunt, qui optimae sunt naturae; de quibus dictum in praecedentibus est. Postea vero, quam absolutum eorum corpus sit, considerare oportet, utrumne bilis excrementum illis per alvum una cum faecibus expellatur, an ad superiorem ventrem feratur. Si enim deorsum feratur,

οὐδὲν περιεργάζεσθαι, πρὸς δὲ τὴν ἄνω γαστέρα φερομένου, δι᾽ ἐμέτων ἐκκενοῦν, μακρὰν χαίρειν εἰπόντας ἐκείνοις τῶν φιλοσόφων, ὅσοι κωλύουσι μετὰ τὰ γυμνάσια πρὸ τῆς τροφῆς ἀφ᾽ ὕδατος χλιαροῦ ἐμεῖν. οἴνῳ γὰρ οὐδ᾽ ἐγὼ συμβουλεύω τηνικαῦτα χρῆσθαι, πλὴν εἰ δυσχερῶς ἐμοῖεν ἀφ᾽ ὕδατος. εἰσὶ γάρ τινες καὶ τοιαῦται φύσεις σωμάτων, αἷς συγχωρητέον οἴνου γλυκέος προσφέρεσθαι, εἰ προπίονται αὐτοῦ τὸ ὕδωρ. ἔτι δὲ καὶ μᾶλλον, ὅταν ἡ κρᾶσις ἐξ ἀρχῆς ᾖ θερμοτέρα τε καὶ ξηροτέρα, πρὸς τοὺς ἐμέτους ἔρχεσθαι· καὶ γὰρ καὶ μᾶλλόν εἰσιν οὗτοι χολώδεις ἐπὶ τῆς ἀκμαστικῆς ἡλικίας. καὶ δὴ καὶ γυμνάζεσθαι βέλτιον αὐτοὺς, οὐκ ὀξὺ καὶ σύντονον γυμνάσιον, ἀλλὰ σχολαιότερόν τε καὶ μαλακώτερον· εἰσὶ γὰρ δὴ καὶ ἰσχνότεροι πάντες οἱ τοιοῦτοι. συμπεφώνηται δὲ τοῖς γυμνασταῖς ἅπασι, λεπτύνειν μὲν τὰ ὀξέα γυμνάσια, σαρκοῦν δὲ τὰ βραδέα. [167] τινὲς δὲ καὶ τῶν σφόδρα θερμῶν τὴν κρᾶσιν οὐδ᾽ ὅλως χρῄζουσι γυμνασίων, ἀλλ᾽ ἀρκεῖ περίπατός τε καὶ λουτρὸν αὐτοῖς,

constat, non debere esse solicitos. Sin superiorem ventrem petat, per vomitum est emittendum, scilicet longe valere jussis philosophis iis, qui vomere ex aqua tepida post exercitationes ante cibum vetant. Nam vino nec ipse sane tum esse utendum suaserim, nisi difficulter id faciant ex aqua. Quippe ejusmodi quaedam corporum naturae sunt, quibus utique vinum dulce, sed ubi aquam prius biberint, est concedendum. Praeterea etiam magis, ubi temperamentum eorum ab initio calidius sicciusque fuit, vomitio petenda est, propterea quod magis etiam hi biliosi sunt in vigoris aetate. Quin et exercitari his utilius est, non celeribus exercitationibus et vehementibus, sed potius tardis et mollibus. Sunt enim omnes, qui hoc statu sunt, graciliores. Celeres vero exercitationes consensu gymnastarum omnium extenuant, sed lentae contra corpus implent. Sunt vero et ex iis, qui impense calido temperamento sunt, qui exercitari prorsus non desiderant, sed abunde his satisfaciant inambulatio, bal-

ἀνατριψαμένοις ἐλαίῳ μαλακαῖς τρίψεσι. δριμὺ γὰρ καὶ θερμὸν καὶ δακνῶδες τὸ διαπνεόμενον ἀπ' αὐτῶν ἐστιν, οὐκ ἀτμῶδές οὐδ' ἡδὺ καὶ ἄδηκτον. οὗτοι δὲ καὶ τοῖς μετὰ τροφὴν χαίρουσι λουτροῖς. καί τινες αὐτῶν ἄπιστον ὅπως ἐπαχύνθησαν ἐπὶ τῇ τοιαύτῃ διαίτῃ. παλαιὸς δὲ οἶνος ἐναντίος αὐτοῖς ἐστι, οἰκεῖος δὲ ὁ λευκὸς καὶ λεπτός. ἐπιβλέπειν δὲ ἐπὶ πάντων τῶν μετὰ τροφὴν λουομένων, μή πως κατὰ τὸ δεξιὸν ὑποχόνδριον, ἔνθα κεῖται τὸ ἧπαρ, αἰσθάνονταί τινος ἀλγήματος, ἢ βάρους, ἢ τάσεως. αἱ γὰρ τοιαῦται κατασκευαὶ τῶν σωμάτων ἡπατικαῖς ἁλίσκονται νόσοις, ἐὰν ἐδηδοκότες λούωνται. κἂν αἴσθωνται δέ ποτε τοιούτου τινὸς συμπτώματος, αὐτίκα διδόναι τι τῶν ἐκφραττόντων τὸ ἧπαρ, ἀπέχειν τε καὶ τῶν παχυχύμων ἐδεσμάτων, καὶ μάλιστα ὅσα γλίσχρα. λέγεται δὲ περὶ αὐτῶν ἐπὶ πλέον ἐν τοῖς τρισὶν ὑπομνήμασιν, ἃ περὶ τῶν ἐν ταῖς τροφαῖς δυνάμεων ἔγραψα, καὶ τῷ περὶ τῆς εὐχυμίας τε καὶ κακοχυμίας, ἔτι τε κἀν τῷ τῆς λεπτυνούσης διαίτης.

neum et mollis ex oleo frictio. Acre namque et mordax calidum id eſt, quod ab his exhalat, non halituoſum, nec ſuave, citraque morſum; hos vero a cibis quoque balneum juvat. Quidam vero eorum incredibile eſt, quam etiam obeſi ſunt redditi ex tali victus ratione. Antiquum autem vinum inimicum his eſt; album vero ac tenue idoneum eſt. Aeſtimandum autem in omnibus eſt, qui a cibo lavantur, num in dextra praecordiorum parte, ubi ſitum jecur eſt, dolorem aliquem, aut gravitatem, aut tenſionem ſentiant. Ejusmodi namque corporum ſtatus jecinoris vitiis tentari ſolet, ſi balneo poſt cibum utantur. Ac ſi quando ejusmodi aliquod vitium ſentiunt, illico dandum aliquid eſt eorum, quae obſtructum jecur liberent, abſtinendumque ab iis cibis, qui craſſum efficiunt ſuccum, ac potiſſimum ſi iidem glutinoſi ſint. De his dictum abunde nobis eſt in tribus libris, quos de alimentorum facultatibus ſcripſimus; praeterea in eo libro, quem de cibis boni et mali ſucci edidimus; itemque in

καὶ γὰρ οὖν καὶ χρῆσθαι ἐν τοῖς ἀλγήμασι τοῖς καθ' ἧπαρ ἀναγκαῖόν ἐστι λεπτυνούσῃ διαίτῃ, μέχρι περ ἂν αὐτοῖς ἀνώδυνόν τε καὶ κοῦφον γένηταί πως τὸ δεξιὸν ὑποχόνδριον. ἀγαθὸν δὲ καὶ τῆς κόμης τοῦ ἀψινθίου τὸ ὑπόβρεγμα προσφέρεσθαι, καὶ τὸ διὰ ταύτης τε καὶ ἀνίσου καὶ πικρῶν ἀμυγδάλων συντιθέμενον, ὃ δι' ὀξυμέλιτος ἄμεινον πίνειν ἐν τῷ μέσῳ χρόνῳ τῆς τε ἐκ τῶν ὕπνων ἀναστάσεως καὶ τοῦ λουτροῦ. προκατειργασμένων τε γὰρ τῶν ἀναδεδομένων εἰς ἧπαρ ἐκ τῆς γαστρὸς ἄμεινον προσφέρεσθαι τὰ τοιαῦτα, τῇ τε ἐξ αὐτῶν ἐνεργείᾳ χρόνον τινὰ δίδοσθαι πρὸ τῆς τῶν σιτίων προσφορᾶς. ἀγαθὸν δὲ καὶ τὸ διὰ τῆς καλαμίνθου φάρμακον, οὗ τὴν σύνθεσιν ἐν τῷ δ' τῶν ὑπομνημάτων ἔγραψα. ἀλλ' ἐπί γε τῶν χολωδῶν κράσεων φυλάττεσθαι προσήκει τὴν συνεχῆ τοῦδε χρῆσιν. καὶ μέντοι καὶ ὁπότε τις αὐτῶν χρῆται αὐτῷ τῆς καθ' ἧπαρ ἐμφράξεως ἕνεκεν, ἄμεινον δι' ὀξυμέλιτος πίνεσθαι. τὸ δὲ τῶν τροφῶν εἶδος, εἰ μὲν ὑπαλλάττειν ἐπὶ τὸ βέλτιον ἐθέλεις τὴν κρᾶσιν τῶν οὕτως ἐχόντων, ἐναντίον ἔστω τῇ δυσκρασίᾳ.

libro de attenuante victus ratione. Quippe qui dolorem in jecinore fentiunt, iis tali victus ratione utendum omnino eft, quoad fine dolore et gravitate dextrum fit hypochondrium. Utile fane fuerit et liquorem, in quo macerata fit abfinthii coma, offerre; praeterea, quod tum ex ea, tum ex anifo et amaris amygdalis conficitur; quod etiam bibere ex oxymelite práeftat in eo tempore, quod inter furrectionem a lecto et balneum intercedit. Nam et poftquam confecta funt, quae ex ventre ad jecur diftribuuntur, talia exhiberi praeftat, et temporis aliquid eorum operi ante cibum fumendum dari. Non inutile eft et medicamentum, quod diacalaminthen vocant, cujus compófitionem in quarto horum commentariorum fcripfimus. Verum in biliofis temperamentis cavere oportet hujus affiduum ufum. Sed et fi quando horum quifpiam eo propter jecinoris obftructiones utitur, utilius eft ex oxymelite id bibat. Porro alimenti fpecies, fi quis horum temperamentum vertere in melius ftudet, contraria effe

κατὰ βραχὺ δὲ γίνεται τοῦτο χωρὶς βλάβης, ἐπιστατοῦντος μὲν ἰατροῦ, σχολὴν δ᾽ ἄγοντος αὐτῷ τοῦ βοηθουμένου τοσαύτην, ὡς ἅπαντα ποιεῖν ἐν τῷ προσήκοντι καιρῷ. πράττοντι δὲ ἀνθρώπῳ τὰ πολιτικὰ καὶ πολλαῖς ἀσχολίαις δουλεύοντι κάλλιόν ἐστι μηδ᾽ ἐπιχειρεῖν ὑπαλλάττειν τὴν κρᾶσιν, ἀλλὰ τὰς οἰκείας τροφὰς αὐτῷ δοτέον. οἰκεῖαι δ᾽ εἰσὶν αἱ μὲν ὑγραὶ ταῖς ὑγραῖς, αἱ δὲ ξηραὶ ταῖς ξηραῖς. ἡ γάρ τοι θρέψις ὁμοιουμένου γίνεται τοῦ θρέψοντος ἐδέσματος τῷ τρεφομένῳ σώματι· θᾶττον δὲ ὁμοιοῦται τὰ μὲν ξηρὰ ταῖς ξηραῖς, τὰ δ᾽ ὑγρὰ ταῖς ὑγραῖς. ἐπὶ δὲ τῶν ὁμαλὴν τὴν κρᾶσιν ἐχόντων, ὅσον περ ἂν ἥδιον ᾖ τὸ βρῶμα, τοσοῦτον τροφιμώτερον γίγνεται· τῶν δ᾽ ἀνώμαλον ἐχόντων τὴν κρᾶσιν σωμάτων, ὡς ἄλλην μὲν εἶναι τὴν τοῦ ἥπατος, ἄλλην δὲ τὴν τῆς γαστρὸς, ἤ τινος τῶν καθ᾽ ἧπαρ, ἕτερον μέν ἐστι τὸ κατὰ τὴν προσφορὰν ἡδὺ, ἕτερον δὲ τὸ καθ᾽ ἕκαστον μόριον οἰκεῖον. ἐπεὶ δὲ καὶ τὸ καθ᾽ ἕκαστον μόριον οἰκεῖον ἐδείχθη διττὸν, ἕτερον μὲν τὸ κατὰ τὰς ἁπλᾶς ποιότητας,

intemperantiae debet. Senſim vero id fiet citra noxam, ſi et praeſit medicus, et qui curatur ita ſit a negotiis liber, ut omnia ſuo tempore peragat. Nam qui in rebus civilibus verſatur et multis negotiis diſtringitur, huic tutius eſt, ut nec tentet temperamentum ſuum mutare, ſed familiaria ſibi nutrimenta ſumat. Porro apta ſunt humidis quidem humida et ſiccis ſicca. Nutritio enim ſit, quum is qui nutrit cibus corpori, quod alit, aſſimilatur. Citius autem aſſimilantur ſicca ſiccis et humida humidis. Quibus vero aequale temperamentum eſt, iis quanto jucundius fuerit, quod comedunt, tanto utique ſit magis nutriens. At qui inaequalem temperiem ſunt ſortiti, ita ut his aliud jecinoris temperamentum ſit, aliud ventris, aut alicujus eorum, quae circa jecur ſunt, iis diverſum eſt, quod aſſumptu jucundum eſt, ab eo, quod cuique parti eſt idoneum. Quoniam autem oſtenſum eſt duplex eſſe, quod ſingulis conveniens eſt, aliud, quod ſecundum ſimplices qualitates, aliud, quod ſecun-

ἕτερον δὲ τὸ κατὰ τὴν ὅλην οὐσίαν, ἡ μὲν οὖν κατὰ τὰς ἁπλᾶς ποιότητας οἰκειοτάτη ὁποία τίς ἐστιν, ὀλίγῳ πρόσθεν εἴρηται, μεταβάλλειν τε αὐτὴν βουλομένοις ἐπὶ σχολῆς, ὑπηρετεῖν τε ἀναγκαζομένοις ἐν ἀσχολίᾳ, [168] ἡ δὲ κατὰ τὴν ὅλην οὐσίαν τῇ πείρᾳ μόνῃ γινώσκεται. μεγίστην οὖν δύναμιν εἰς τὴν τῶν ἐσθιομένων τε καὶ πινομένων κατεργασίαν, οὐ κατὰ τὴν γα(279)στέρα μόνον, ἀλλὰ καὶ κατὰ σύμπαν τὸ σῶμα, ἡ κατὰ τὴν ὅλην οὐσίαν οἰκειότης ἔχει, δι' ἣν αἱ τροφαὶ τοῖς ζώοις ὑπηλλαγμέναι τε καὶ πολὺ διαφέρουσαι ταῖς ἰδέαις εἰσὶν, οὐδὲν ὅμοιον ἐχούσης τῆς ἐκ τῶν ἀχύρων τε καὶ πόας τῇ ἐξ ὀστῶν τε καὶ σαρκῶν, ἢ τῆς ἐξ ἄρτων τῇ ἐκ κωνίου τε καὶ ἐλλεβόρου· καὶ γὰρ ταῦτα ζώοις τισίν εἰσι τροφαί. γίνονται δὲ καὶ κατὰ τὴν ποιότητα οἰκειότητες, εἰ μὲν φυλάττειν ἐθέλοις τὰς κράσεις, ταῖς μὲν ὑγραῖς τῶν ὑγραινόντων ἐδεσμάτων ἁρμοττόντων, ταῖς δὲ ξηραῖς τῶν ξηραινόντων, εἰ δὲ ὑπαλλάττειν, τῶν ἐναντίων. ἐπὶ δὲ τῆς κατὰ τὸ θερμὸν καὶ ψυχρὸν

dum totam fubftantiam: quod fimplicibus qualitatibus maxime aptum eft, id qualenam fit, fuperius paulo eft comprehenfum, idque, feu mutare intemperiem per otium velis, feu obfequi cogaris propter negotia, quod ex tota fubftantia idoneum maxime eft, fola experientia difcernitur. Ac maximam quidem vim habet ad ea, quae eduntur bibunturque, non in ventre modo, fed etiam toto corpore conficienda totius fubftantiae] convenientia; cujus ratione nutrimenta animalibus et varia, et fpeciebus multum inter fe diverfa habentur, quum nulla fimilitudo fit ejus, quod ex palea et herbis accedit, ei, quod ex offibus et carnibus, nulla focietas ejus, quod ex pane eft, cum eo, quod ex cicuta et veratro; nam et haec animantium quibusdam nutrimenta funt. Fiunt autem et qualitatibus convenientiae, utique fi fervare temperamentum ftudes, humidis naturis humectante cibo maxime quadrante, ficcis vero eo, qui ficcet; fin alterare placet, contrariis. In ea autem quae eft in calido frigidove ad

Ed. Chart. VI. [168.] Ed. Baf. IV. (279.)

εἰς δυσκρασίαν ἐκτροπῆς ἡ τῶν ἐναντίων προσφορὰ διαπαντὸς ἁρμόττει. δραστικώταται γάρ εἰσι καὶ, ὡς ἂν εἴποι τις, δυναστικώτεραι τῶν καθ᾽ ὑγρότητα καὶ ξηρότητα δυσκρασιῶν αἱ τοιαῦται· ῥᾳδίως γοῦν ὑπὸ τῶν ὁμοίων τροφῶν εἰς νοσώδη δυσκρασίαν ἀφικνοῦνται. ξηρότερον δ᾽ ἐργασάμενος ὁτιοῦν τῶν μορίων οὐδέν τι βλάψεις σαφὲς, ὥσπερ οὐδ᾽ εἰ φυλάττοις ὑγρότερον. ἐναργέστερον δέ σοι τεκμήριον καὶ αἱ ἡλικίαι γινέσθωσαν, αἱ μὲν ἀπὸ τῆς πρώτης γενέσεως ἄχρι τῶν μειρακίων ὑγροτάτην ἔχουσαι τὴν σάρκα, ξηρὰν δὲ ἱκανῶς αἱ πρεσβυτικαί. μεμνῆσθαι δ᾽ ἐν τοῖς τοιούτοις λόγοις χρὴ τῶν εἰρημένων ἐν τοῖς περὶ κράσεων, ὅπως μή τις ὑπολάβῃ, τοὺς ὑπὸ περιττῶν ὑγρῶν βαρυνομένους ὑγροὺς γίνεσθαι τὴν κρᾶσιν, ὃ καὶ τοὺς οἰηθέντας, ὑγρὸν καὶ ψυχρὸν εἶναι τὸ γῆρας, ἐξηπάτησεν. οὐ γάρ αὐτὰ τὰ μόρια τοῖς γέρουσιν ὑγρότερα ταῖς κράσεσίν ἐστιν, ἀλλὰ αἱ μεταξὺ τῶν σωμάτων χῶραι τῆς περιττῆς ὑγρότητος ἐμπίπλανται γερόντων τε καὶ νοσούντων νόσους ὑγράς.

intemperiem converfione contraria dare femper expedit, quum et efficaciffimae ejusmodi intemperies fint, et, ut ita dicam, magis, quam quae ex ficcitate et humiditate confiftunt, potentes; quippe quum facile fimilibus nutrimentis in morbofam intemperiem abeant. At fi ficcius quodvis membrum efficias, nihil manifefte laedes; pari modo nec fi humidiori fuam humiditatem ferves. Evidenti vero argumento tibi et aetates fint. Quae enim a prima generatione ad adolefcentiam usque carnem habent humidiffimam, fenilis aetas impenfe ficcam. Meminiffe vero in hujusmodi fermone oportet eorum, quae in opere de temperamentis funt fcripta, fcilicet ne quis exiftimet, qui fupervacuis excrementis onerantur, hos humido temperamento effe; quae res eos, qui fenectutem frigidam et humidam putarunt, fefellit. Non enim ipfae partes fenum humidiore temperamento funt, fed ipfae capacitates, quae inter corpora patent tum fenum, tum eorum, qui humidis morbis laborant, fupervacua humidi-

ὁποῖον δέ τι τὸ ξηρὸν νόσημά ἐστιν, ἐπιστημονικὴν ἕξει γνῶσιν τὸ γεγραμμένον μοι περὶ μαρασμοῦ βιβλίον ἐπιμελῶς ἀναγνοὺς, οὐχ ἅπαξ ἢ δὶς, οὐδὲ παρατρέχων, ἀλλ' ἐφιστὰς καὶ προσέχων τὸν νοῦν ἑκάστῳ τῶν λεγομένων. προγεγυμνάσθαι δὲ χρὴ τὸν μέλλοντα καλῶς ἀναλέξασθαι ταῦτα τῷ δευτέρῳ περὶ κράσεων ὑπομνήματι, καθ' ὃ δέδεικται τοῦ γέροντος ἡ κρᾶσις ξηρά. τὸ δὲ προκείμενον ἐν τῷ νῦν λόγῳ σῶμα θερμότερον τοῦ δέοντος, ἐὰν μὲν ἐν τῇ πρώτῃ συστάσει μέσον ὑγρότητός τε καὶ ξηρότητος ᾖ, πάντως τοῦτο κατὰ τὴν ἀκμαστικὴν ἡλικίαν γίνεται ξηρὸν, ἔτι δὲ μᾶλλόν τε καὶ θᾶττον, εἰ καὶ φύσει ξηρότερον εἴη. καὶ δὴ καὶ γηράσει τοῦτο θᾶττον, ὅσῳ καὶ θᾶττον εἰς ἀκμὴν ἀφίκοιτο. πάντων γὰρ ἐν τῇ παρακμῇ ξηραινομένων, εὔλογόν ἐστι τὸ φύσει ξηρότερον εἰς τὴν τῆς γεροντικῆς ἀμετρίας ξηρότητα ἀφικνεῖσθαι θᾶττον. δέονται τοίνυν οὗτοι μάλιστα κατὰ τὴν ἀκμαστικὴν ἡλικίαν ὑγρᾶς διαίτης, ἧς τὸν τύπον ἄρτι ὑπέγραψα, διά τε τῶν ὑγραι-

tate implentur. Porro cujusmodi ficcus morbus fit, certa fcientia cognofcet, qui librum, quem de marafmo infcripfimus, diligenter relegerit, non femel aut bis, nec transcurrens, fed fingulis infiftens atque intentus. Sane, qui haec commode leget, hunc exercitari prius convenit in fecundo de temperamentis libro, in quo demonftratum eft, fenis temperamentum ficcum effe. Verum, quod in praesentia nobis propofitum eft, calidius jufto corpus, fi quidem in prima conftitutione medium humiditatis ficcitatisque habitum habuerit, omnino id in incrementi ftatu ficcum efficitur, idque tum magis, tum celerius, fi etiam natura ficcius erat. Sed et fenefcet idem citius, quanto utique ad fummum incrementum pervenit citius. Nam quum omnes in declinatione aetatis ficcefcamus, ratio eft, ut, qui natura fit ficcior, in fenilis intemperiei ficcitatem citius perveniat. Hi ergo in vigoris aetate potiffimum humidam victus rationem poftulant, cujus formulam proxime defcripfimus; perficitur enim humectantibus cibis

Ed. Chart. VI. [168. 169.] Ed. Baf. IV. (279.)

νόντων ἐδεσμάτων καὶ λουτρῶν, ἀποχῆς τε καὶ γυμνασίων συντόνων καὶ πολλῶν γινομένης, ὥστε θέρους ὥρα καὶ θᾶττον λούεσθαι, καὶ μετὰ τροφὴν αὖθις τὸ δεύτερον. ὀνίνησι τούτους καὶ ἡ τοῦ ψυχροῦ πόσις. ἐναντιώτατα δὲ ταῖς ξηραῖς κράσεσίν εἰσιν ἀφροδίσια. φείδεσθαι δὲ χρὴ καὶ μάλιστα αὐτοὺς ἐγκαύσεων, καὶ κόπων, καὶ φροντίδων, καὶ ἀγρυπνιῶν, καὶ κινήσεων ἁπασῶν ὀξειῶν. καὶ οἱ θυμοὶ δὲ μάλιστα τὰς χολώδεις φύσεις ἐκπυροῦντες ὀξεῖς γεννῶσι πυρετούς. [169] ἅπερ οὖν ἐπῄνηται διαιτήματα τοῖς θερμοῖς τὴν κρᾶσιν ἐπὶ τῆς ἀκμῆς καὶ σύμμετρον ἐξ ἀρχῆς ἔχουσιν ὑγρότητα, ταῦτα μᾶλλον ἁρμόττει τοῖς φύσει θερμοῖς καὶ ξηροῖς. εὔδηλον δ', ὅτι τὴν ποσότητα τῆς ὑπεροχῆς τοῦ κρατοῦντος στοιχείου σκεπτέον ἐστὶν ἐν τοῖς μάλιστα. τοσοῦτον γὰρ ἐπιτείνειν τε καὶ ἐκλύειν ἢ αὐξάνειν χρὴ τὸ τῆς διαίτης εἶδος, ὅσον ὑπὲρ τὸ κατὰ φύσιν ηὔξηταί τε καὶ μεμείωται τὰ τῆς κράσεως στοιχεῖα. διὸ καὶ τοὺς ὑγροτέρους τε καὶ τοὺς φύσει θερμοτέρους, εἰ μὲν ὑπαλλάττειν αὐτῶν ἐθέλοις τὴν κρᾶσιν ἐπὶ τὸ ξηρότερόν τε καὶ

ac balneis, tum exercitationum, et quae concitatae, et multae funt, abftinentia. Hi adeo aeftatis tempore et citius lavantur, et a cibo iterum; prodeft his et frigidae potio. At venus ficcis temperamentis eft inimiciffima. Vitandae quam maxime his funt exuftiones, et laffitudines, et follicitudines, et vigiliae, et motus omnis celer. Iracundia vero, quum biliofas naturas maxime accendat, acutas febres parit. Quae igitur victus ratio iis laudatur, qui in confiftenti aetate temperie funt calida, humiditatem tamen ab ortu mediocrem habebant, haec iis, qui natura calidi funt et ficci, magis convenit. Nec dubium eft, quin modus quoque exceffus fuperantis elementi in primis confiderandus fit. Siquidem eatenus intendere, remittere aut augere victus fpeciem oportet, quatenus fupra naturalem habitum aucta diminutave funt temperamenti elementa. Quapropter, fi eorum, qui natura humidiores calidioresque funt, mutare temperamentum ad frigidiorem ficcioremque fpeciem libet, contrariam his

ψυχρότερον εἶδος, χρὴ διὰ τῆς ἐναντίας διαίτης ἄγειν, εἰ δὲ φυλάττειν, διὰ τῶν ὁμοίων. αἱ δὲ τοιαῦται φύσεις ἐν τῇ τῶν παίδων ἡλικίᾳ ῥευματικοῖς τε καὶ πληθωρικοῖς ἁλίσκονται νοσήμασι, καὶ πρὸς τούτοις γε σηπεδονώδεσι. δέονται τοίνυν γυμνασίων πλεόνων, ἀκριβοῦς τε τῆς ἐν τῇ γαστρὶ πέψεως· ὅσα γὰρ ἐν ταύτῃ διαφθείρεται, νοσημάτων σηπεδονωδῶν ὑπόθεσις γίνεται παντὶ τῷ σώματι. διὸ καὶ πρὸ τροφῆς δὶς καὶ τρὶς οὗτοι λουόμενοι, καὶ τοῖς αὐτοφυέσι θερμοῖς ὕδασιν οὗτοι χρώμενοι, μάλιστα ὠφελοῦνται. σκοπὸς γὰρ ἐπ᾽ αὐτῶν ἐστιν αὐτὰ μὲν τὰ μόρια τοῦ ζώου φυλάττειν ὑγρὰ, κοινὸν ὂν τοῦτο πάσης κράσεως, εἴ γε καὶ τοὐναντίον αὐτῆς θᾶττον ἐπὶ τὸ γῆρας ἄγει τὰ σώματα τῶν ζώων ἁπάντων, αὐτό τε τὸ θνητὸν εἶναι τὸ γεννητὸν σῶμα τὴν αἰτίαν ἔχει· ὡς, εἴγε δυνατὸν ἦν ἀεὶ διαφυλάττειν ὑγρὰν τὴν κρᾶσιν τοῦ σώματος, ὁ τοῦ σοφιστοῦ λόγος, ὃν ἐν ἀρχῇ διῆλθον, ἀθάνατον ἐπαγγελλόμενος ποιήσειν τὸν αὐτῷ πειθόμενον, ἀληθὴς ἦν. ἀλλ᾽ ἐπεὶ τὴν φυσικὴν ὁδὸν τὴν ἐπὶ τὸ ξηραίνεσθαι τὸ σῶμα φυγεῖν

victus rationem exhibeas, oportet; fin id cuftodire placet, fimilem. Sane ejusmodi naturae in puerili aetate fluxionum et redundantiae morbis maxime tentantur, itemque putredinis, quo magis et pluribus exercitationibus, et exacta ventris concoctione indigent. Quicquid enim in hoc corrumpitur, id toti corpori morborum putredinis occafio fit. Itaque et ante cibum bis terque hi fi lavent ac calidis fponte ortis utantur, maximum inde commodum fentiunt. Quippe huc dirigitur in his confilium ut ipfas animalis partes fervemus humidas. Quae res omnis temperamenti communis eft, fi modo contraria ratio omnium animantium corpora citius ad fenectutem perducit, ipfaque eft, cujus culpa omne genitum corpus mortale fit. Quippe, fi fieri poffet, ut temperamentum corporis humidum perpetuo fervaretur, verus fophiftae, cujus inter initia operis memini, fermo effet, qui fibi aufcultantem promifit immortalem fore. Sed, quoniam naturae progreffum, qui eft ad ficcitatem, effugere corpori non

Ed. Chart. VI. [169.] Ed. Baf. IV. (279.)

οὐκ ἔστιν, ὡς ἐδείχθη, διὰ τοῦτο γηρᾷν ἀναγκαῖον ἡμῖν ἐστι καὶ φθείρεσθαι, πολυχρονιώτατος δ᾽ ἂν ὁ ἥκιστα ξηραινόμενος γένοιτο. τῆς δ᾽ ὑγρᾶς διαίτης περιττώματά τε καὶ πλῆθος χυμῶν γεννώσης, χαλεπὸν γίνεται κρατῆσαι τῆς συμμετρίας, ὡς μήτε νόσοις ἁλίσκεσθαι, μήτε ταχέως γηρᾷν. ὅσον δ᾽ αὖ ἐπὶ τῇ κράσει, πολυχρονιώτατοι πάντων εἰσὶν οἱ ὑγρότατοι, καὶ μέντοι καὶ ὑγιαίνουσιν, ἐπειδὰν κρατυνθῇ τὸ σῶμα, τῶν ἄλλων μᾶλλον, ὥσπερ καὶ ἰσχυρότεροι μέχρι γήρως ἐσχάτου τῶν τὴν αὐτὴν ἡλικίαν ἐχόντων εἰσί. καὶ κατὰ τοῦτο ἐπήνηται σχεδὸν ὑπὸ πάντων ἰατρῶν τε καὶ φιλοσόφων, ὅσοι τὰ στοιχεῖα τοῦ σώματος ἀκριβῶς ἔγνωσαν, ἡ κρᾶσις αὕτη· καὶ μέντοι καὶ διὰ τοῦτο μόνη τισὶν ἔδοξε κατὰ φύσιν εἶναι. κρείττων γὰρ ἐν τῷ χρόνῳ τῶν ἄλλων γίγνεται, τό γε κατ᾽ ἀρχὰς οὖσα χείρων. ὥστε καὶ τὸν ἐπιστατοῦντα τῷ τοιούτῳ σώματι τῶν ἀποῤῥοιῶν αὐτοῦ προνοεῖσθαι χρὴ διά τε γυμνασίων, ὡς ἔφην, καὶ λουτρῶν

licet, ut ante docuimus, idcirco fenefcere nobis corrumpique neceffe eft. Erit tamen id maxime diuturnum, quicquid minime ficcatum. Verum, quum humida victus ratio excrementa et fuccorum abundantiam pariat, difficile eft ita mediocritatem fervare, ut neque morbi incidant, neque fenectus maturetur. Quod tamen ad ipfius temperamenti rationem attinet, qui maxime funt humidi, ii maxime funt longaevi. Iidem et fanitate, ubi corpus ad robur pervenit, plus caeteris fruuntur, et caeteris, qui parem aetatem agunt, valentiores ad extremum usque fenium funt. Ideoque ferme tum medicis omnibus, tum philofophis, qui corporis elementa diligenter inveftigarunt, temperamentum id laudatum eft. Imo etiam unum id proinde fecundum naturam fe habere quibusdam eft vifum. Nam, quanquam in principio fit deterius, tempore tamen reliquis praeftantius evadit. Quo magis, qui tuendae hujus corporis fanitati praeficitur, iis, quae ab ipfo defluunt, profpicere debebit tum exercitatione, ut dixi, tum balneis ante cibum pluribus, tum

πρὸ τροφῆς πλεόνων, ἐκκρίσεώς τε τῶν δι᾽ οὔρων καὶ γαστρὸς γιγνομένων. οὐδὲν δὲ κωλύει καὶ ἀποφλεγματισμοῖς ποτε χρῆσθαι καὶ καθάρσεσιν, εὐχύμοις τε πρὸ πάντων ἐδέσμασιν, οἴνων τε πόσει τῶν οὔρησιν κινούντων.

Κεφ. δ'. Περὶ μὲν οὖν τῶν θερμῶν κράσεων αὐτάρκως εἴρηται· περὶ δὲ τῶν ψυχρῶν ἐφεξῆς ἂν εἴη λεκτέον. εἰσὶ δὲ καὶ τούτων αἱ μέγισται διαφοραὶ τρεῖς· ἤτοι γὰρ εὔκρατοι κατὰ [170] τὴν ἑτέραν ἀντίθεσιν, ὡς μηδὲν μᾶλλον ὑγροὺς ἢ ξηροὺς ὑπάρχειν, ἢ τὸ ὑγρὸν, ἢ τὸ ξηρὸν ἐν αὐτοῖς ἐπικρατεῖ. χειρίστη δ᾽ εἰκότως ἐστὶν ἡ ξηρὰ κρᾶσις· ὃ γὰρ ἐν τῷ χρόνῳ τοῖς γηρῶσι γίνεται, τοῦτ᾽ εὐθέως ἐξ ἀρχῆς ὑπάρχει τούτοις. ὑγραίνειν τε οὖν αὐτοὺς χρὴ καὶ θερμαίνειν. ἔσται δὲ τοῦτο γυμνασίοις συμμέτροις καὶ τροφαῖς ὑγραῖς τε καὶ θερμαῖς, οἴνου τε πόσει τῶν θερμοτέρων, ὕπνοις τε πλείοσι, προνοουμένων ἡμῶν, ὅπως τὰ καθ᾽ ἑκάστην ἡμέραν ἐν τῷ σώματι γεννώμενα περιττώματα τῆς τε τροφῆς καὶ τοῦ πόματος ἐκκενῶται πάντα. περὶ δὲ τῶν ἀφρο-

vero iis, quae per ventrem et urinas redduntur, excernendis. Nec prohibet praeterea quicquam, quin et apophlegmatifmis et purgationibus aliquando utatur, anteque omnia cibis boni fucci ac vini potione, quod urinas promoveat.

Cap. IV. Et de calidis quidem temperamentis abunde dictum eft; de frigidis deinceps agendum. Sunt porro et horum tres fummae differentiae. Nam aut modice fe habent in altera difpofitione, ita ut nec humidi fint, nec ficci, aut humidum, vel ficcum in ipfa dominatur; peffima tamen merito ficca temperies eft; quippe quod temporis fpatio fenefcentibus accidit, id his ftatim ab initio contingit. Ergo iftos humectare calefacereque oportebit. Id fiet exercitatione modica, et nutrimento humectante ac calido, praeterea vini calidi potione, et fomno liberaliore, illud interim providentibus nobis, ut excrementa omnia, quae vel ex cibis, vel potu proveniunt, quotidie expellantur. De veneris ufu dictum fu-

δισίων εἴρηται μὲν καὶ πρόσθεν, ὡς ἅπαντας μὲν τοὺς ξηροτέρους τῇ κράσει βλάπτει, νυνὶ δ᾽, ὅτι τούτων αὐτῶν μάλιστα τοὺς πρὸς τῇ ξηρότητι καὶ ψυχρούς. ἀβλαβῆ γὰρ ἀφροδίσια μόνοις τοῖς ὑγροῖς καὶ θερμοῖς ἐστι, καὶ ὅσοι φύσει πολύσπερμοι, περὶ ὧν ἐν ταῖς ἀνωμάλοις κράσεσιν αὐτίκα λεχθήσεται. μοχθηραὶ δὲ καὶ αἱ μεθ᾽ ὑγρότητος ψυχραὶ κράσεις εἰσὶ, καὶ μάλιστα αὗται τοῖς ῥευματικοῖς ἁλίσκονται νοσήμασιν, ὀνίνησί τ᾽ αὐτὰς ἀλουσία τε καὶ γυμνάσια, καὶ δίαιται (280) λεπτότεραι, καὶ χρίσματα μετρίως θερμαίνοντα, περὶ ὧν τῆς ἰδέας ἔμπροσθεν εἴρηται κατὰ τὸν περὶ τῶν κόπων λόγον. ὅσοι δὲ ψυχρότεροι μέν εἰσι φύσει, συμμέτρως δ᾽ ἔχουσι τῆς κατὰ τὸ ξηρόν τε καὶ ὑγρὸν κράσεως, ἧττον οὗτοι τῶν κατὰ τοῦτο δυσκράτων εἰσὶ μοχθηροὶ πρὸς ὑγίειαν τε καὶ ῥώμην σώματος. ἐπεγείρειν οὖν αὐτῶν χρὴ καὶ ῥωννύναι τὴν θερμασίαν, ἐν δὲ τῇ καθ᾽ ὑγρότητα καὶ ξηρότητα τῆς ὅλης διαίτης ἰδέᾳ τὸ μέσον ἐκλέγεσθαι. ταῦτά μοι σύμπαντα περὶ τῶν ὁμα-

pra eſt, eam omnibus, qui ficco temperamento ſunt, inimicam eſſe. Nunc vero etiam ex hoc numero potiſſimum adverſa eſt iis, qui ſupra ſiccitatem frigidi quoque ſunt. Nam innoxia venus eſt ſolis calidis et humidis, tum vero iis, qui genitura naturaliter abundant; de quibus inter inaequalia temperamenta mox dicetur. Multa vero et illa frigida temperamenta ſunt, quae cum humiditate conjunguntur, et ea maxime fluxionum morbis tentantur. Succurritur his et balnei abſtinentia, et exercitio, et tenuiore victu, et unctionibus, quae modice calefaciant; quarum forma narrata prius eſt, ubi de laſſitudine egimus. At qui frigidi natura ſunt, caeterum in ſicci humidique temperie modice ſe habent, minus ii vel ad ſanitatem, vel ad corporis robur ſunt inepti, quam qui in illis ſunt intemperati: horum igitur excitare ſirmareque calorem expediet. In humiditatis vero ſiccitatisque ſpecie tota victus ratio media eſt exhibenda. Atque haec mihi omnia de iis dicta ſunt, quos aequalis intem-

λὴν τὴν δυσκρασίαν ἐχόντων εἴρηται, τουτέστιν ὁμοίως ἅπαντα μόρια πρὸς τὸ θερμότερον, ἢ ψυχρότερον, ἢ ὑγρότερον, ἢ ξηρότερον ἐκτεταμένα.

Κεφ. ε΄. Περὶ δὲ τῶν ἀνώμαλον ἐχόντων τὴν κατασκευὴν τοῦ σώματος οὐκ ἐγχωρεῖ διὰ βραχέων εἰπεῖν, ἐπειδὴ πολλαὶ τῶν τοιούτων ὑπαλλάξεις εἰσὶν, ἄλλων ἄλλο μόριον ἐχόντων δύσκρατον. ἀλλὰ κἂν δύο δύσκρατα ἔχωσί τινες, ὑπαλλάξεις καὶ τούτων γίνονται πολλαί. καὶ διὰ τοῦτο πρότερον εἰπόντες, ὅσα τῷ τε τὴν ἄμεμπτον ἔχοντι κατασκευὴν, βιοῦντι δὲ βίον δουλικὸν, ἢ περιστατικὸν, ἢ ὅπως ἄν τις ὀνομάζειν ἐθέλοι, ποιητέον ἐστὶν, καὶ μετὰ ταῦτα, ὅσα τοῖς ὁμαλὴν τὴν δυσκρασίαν ἐν ὁμοίῳ βίῳ, μεταβήσομεν τηνικαῦτα πρὸς τοὺς ἀνώμαλον ἔχοντας ἐν τοῖς τοῦ σώματος μέρεσι τὴν κατασκευήν. ἄμεμπτον δὲ κατασκευὴν σώματος, ὡς πολλάκις εἴρηται, κατὰ πλάτος νοητέον ἐστὶν, ὥσπερ καὶ αὐτὴν τὴν ὑγίειαν. οὔτε γὰρ ὑγιαίνειν τις ἡμῶν ἂν δόξειε τήν γ᾽ ἀκριβῶς ἄμεμπτον ὑγίειαν οὐκ ἔχων,

periem premit, hoc eſt, quibus omnes corporis partes ad calidius vel frigidius, humidius vel ſiccius ſimiliter ſunt inclinatae.

Cap. V. De iis vero, qui inaequalem corporis conſtitutionem habent, non poteſt paucis diſſeri, propterea quod numeroſae horum varietates ſunt, quum aliis alia pars male temperata ſit. Sed et ſi duas tantum quis intemperatas habeat, harum quoque varietates non paucae ſunt; proindeque, quum prius docuero, quaenam iis exhibenda ſint, quibus inculpatus quidem eſt corporis ſtatus, vivunt autem vitam ſervilem, ſive negotioſam, ſive quovis modo aliter appellare placet, ab iis vero, quaenam iis, qui aequalem intemperiem habent in ſimili vivendi genere, tranſibimus dehinc ad eos, qui inaequalem in corporis partibus ſtatum habent. Ergo ſalubris et inculpatus corporis ſtatus in latitudine (ut ſaepe dictum eſt) intelligi debet, ſicuti etiam ipſa ſanitas. Nam neque ſanus eſſe quisquam noſtrum videri poteſt, ea ſaltem, quae omnino inoffenſa inculpataque ſit, ſanitate, neque

οὔτ᾽ ἀμέμπτως κατεσκευάσθαι τὸ σῶμα. λέγουσι δ᾽ ὑγιαίνοντας μὲν, ὅσοι μήτ᾽ ὀδυνῶνταί τι μέρος σώματος, εἴς τε τὰς κατὰ τὸν βίον ἐνεργείας ἀπαραπόδιστοι τυγχάνουσιν ὄντες, οὕτω δὲ κατασκευὴν σώματος ἄμεμπτον ἔχειν, ὅταν μήθ᾽ ὑπὸ τῶν ἔξωθεν αἰτίων ἑτοίμως εἰς νόσον ἄγηται, μήθ᾽ ὑπὸ τῶν ἐξ αὐτῶν, διωρισμένου δηλονότι τοῦ νοσεῖν ἐνίους συνεχῶς, οὐ διὰ τὴν οἰκείαν κατασκευὴν τοῦ σώματος, ἀλλὰ καὶ διὰ μοχθηρὰν δίαιταν, [171] ἤτοι γ᾽ ἀργὸν βίον βιοῦντας, ἢ ὑπερπονοῦντας, ἢ περὶ τὰς τῶν σιτίων ποιότητας ἢ ποσότητας ἢ καιροὺς ἁμαρτάνοντας, ἤ τινα τῶν ἐπιτηδευμάτων βλαβερῶς ἐπιτηδεύοντας, ἢ περὶ τὴν τῶν ὕπνων ποσότητα σφαλλομένους, ἢ χρῆσιν ἀφροδισίων ἄμετρον, ἢ καὶ συντήκοντας ἑαυτοὺς ἐν λύπαις καὶ φροντίσιν οὐκ ἀναγκαίαις. οἶδα γὰρ παμπόλλους διὰ τοιαύτας αἰτίας νοσοῦντας καθ᾽ ἕκαστον ἐνιαυτόν· ἀλλ᾽ οὐ φήσομεν αὐτοὺς κακῶς κατεσκευάσθαι τὸ σῶμα, καθάπερ ἐκείνους, ὅσοι μηδὲν ἁμαρτάνοντες ὧν κατέλεξα συνεχῶς νοσοῦσιν. ὑποκείσθω τοίνυν ἐν λόγῳ πρῶτος ὁ τὴν κατὰ πλάτος

inculpabili eſſe corporis ſtatu. At ſanos eſſe dicunt, qui nec parte aliqua corporis dolent, et ad vitae munera haudquaquam ſunt impediti: pari modo et corporis ſtatu illaeſo eſſe, quum nec ab externis cauſis facile incidunt, nec ab internis; illo nimirum pro re certa prius deſinito, aſſidue aegrotare aliquos non ob proprium corporis ſtatum, ſed propter vitioſam victus rationem, dum aut in deſidia vitam agunt, aut nimium laborant, aut in ciborum qualitate quantitateve aut tempore peccant, aut exercitium aliquod noxium exercent, aut in ſomni modo, aut veneris immodico uſu falluntur, aut etiam aegritudine animi curisque parum neceſſariis ſe macerant. Quippe non paucos novimus ejusmodi de cauſis quotannis aegrotare; quos tamen non dixeris vitioſo corporis eſſe ſtatu, ſicut eos, qui, quum in nullo horum, quae recenſui, deliquerint, tamen perpetuo aegrotant. Ergo primum propoſitus ſermoni is eſto, qui corporis ſtatum in latitu-

ἄμεμπτον ἔχων κατασκευὴν σώματος, ἐν βίῳ δουλικῷ, δι' ὅλης ἡμέρας ὑπηρετῶν, ἤτοι τῶν μεγίστων δυνάμεών τισιν, ἢ μονάρχῳ, χωριζόμενος δὲ τοῦ δεσπότου περὶ τὰ πέρατα τῆς ἡμέρας. ὁρίσαι δὲ πάλιν ἐπὶ τούτου χρὴ, τίνα λέγω πέρατα, παρακοὴν γὰρ ὁ λόγος ἐργάσεται τοῖς ἀναλεγομένοις αὐτὸ, εἰ μὴ τύχοι διορισμοῦ προσήκοντος. ἐὰν γοῦν εἴπω, χωρίζεσθαι τηνικαῦτα πρῶτον εἰς τὴν ἐπιμέλειαν τοῦ σώματος, ἡνίκα ὁ ἥλιος δύνῃ, μὴ προσθεὶς, ὁποίας ἡμέρας λέγω, πότερον τῆς περὶ τὰς θερινὰς τροπὰς, ἢ χειμερινὰς, ἢ κατά τινα τῶν ἰσημερινῶν, ἢ χρόνον ἑκάτερον ἐν τῷ μεταξὺ τῶν εἰρημένων καιρῶν, ἀδύνατόν ἐστι συμφερούσας ὑποθήκας ποιήσασθαι. κατὰ γοῦν τὴν Ῥωμαίων πόλιν αἱ μέγισται μὲν ἡμέραι καὶ νύκτες βραχὺ μείζους ὡρῶν ἰσημερινῶν ιε' γίγνονται, καθάπερ γε πάλιν αἱ ἐλάχισται μικρὸν ἀποδέουσαι τῶν θ', κατὰ δὲ τὴν μεγάλην Ἀλεξάνδρειαν ιδ' μὲν ὡρῶν αἱ μέγισται, ι' δὲ αἱ σμικρόταται. ὁ μὲν οὖν ταῖς σμικροτάταις μὲν ἡμέραις, μεγίσταις δὲ νυξὶν ἀφιστάμενος τῆς ὑπηρεσίας, ἡλίου δυομένου, καὶ τρίψασθαι κατὰ σχολὴν, καὶ λούσασθαι δύναται,

dine inculpatum habet, quique alteri vivens toto die miniſtrat, aut maximo magiſtratui, aut monarchae, caeterum ad extremum diei liber a domino diſcedit. Quo loco rurſus definiendum nobis eſt, quem finem diei dicimus, quando alias lectori ſermo noſter imponat, niſi certam determinationem aſſequatur. Si enim dixero, ſecedere tum primum hominem ad corporis ſui curam, quum ſol occidit, nec adjecero, quo die id velim, circane ſolſtitium aeſtivum, an brumale, an circa aequinoctia, an alio quopiam tempore, quod intercedit inter ea, quae dicta ſunt, non poſſunt commoda praecepta tradi. Romae enim maximi dies ac noctes paulo majores quindecim aequinoctialibus horis ſunt, contra minimi paulo infra novem. In magna vero Alexandria maximus dies quatuordecim horarum eſt, minimus decem. Ergo qui in breviſſimis diebus et longiſſimis noctibus a miniſterio occidente ſole redit, huic fricari per otium et

Ed. Chart. VI. [171.] Ed. Baf. IV. (280.)

καὶ κοιμηθῆναι συμμέτρως. οὐδεὶς δ' ἐστὶν ὃς οὐδ' ἐν ταῖς μεγίσταις, οὐδ' ἐν τούτοις οἷός τ' ἐστί τι πρᾶξαι μετρίως· οὐ μὴν οὐδ' ἔγνων τινὰ τοιαύτῃ δυστυχίᾳ βίου χρησάμενον. ὁ γοῦν ὧν ἴσμεν αὐτοκρατόρων ἑτοιμότατα πρὸς τὴν τοῦ σώματος ἐπιμέλειαν ἀφικόμενος Ἀντωνῖνος ἐν μὲν ταῖς μικραῖς ἡμέραις ἡλίου δύνοντος εἰς τὴν παλαίστραν παρεγίγνετο, κατὰ δὲ τὰς μεγίστας ὥρᾳ θ' ἢ τὸ πλεῖστον ι'., ὥστ' ἔξεστι τοῖς παραμένουσιν αὐτῷ κατὰ τὰς ἡμερησίας πράξεις, ἀπαλλαγεῖσι, προνοήσασθαι τοῦ σώματος ἐν τῷ λοιπῷ μέρει τῆς ἡμέρας, ὡς ἅμα τῷ δῦναι τὸν ἥλιον εἰς ὕπνον τρέπεσθαι. τῆς γάρ τοι σμικροτάτης νυκτὸς ἴσης οὔσης θ' ταῖς ἰσημεριναῖς ὥραις, αὐτάρκης ὁ τοσοῦτος χρόνος αὐτοῖς ὕπνου τυχεῖν. ἐπισκεπτέον οὖν, εἴτε γυμνάζεσθαι κατὰ τὸν ἔμπροσθεν βίον ὁ τοιοῦτος ὑπηρέτης ἔθος ἔχει, εἴτ' ἀγύμναστος λούεσθαι. τινὲς γὰρ οὐδὲ ἄχρι τοῦ τρίψασθαι προνοοῦνται σφῶν αὐτῶν, ἀντικρύς τ' εἰς τὸ βαλανεῖον εἰσίασιν παραχεόμενοι τὸ ἔλαιον, ἢ καὶ στλεγγίδα μόνον λαβόντες, ὡς κατ' αὐτὸ τὸ βαλανεῖον ἀποστλεγγίζεσθαι

lavari et modice dormire licet. Porro nemo eſt, cui nec in maximis, nec etiam his, non liceat aliquid mediocriter agere; nec ipſe profecto quenquam novi tam infelici vitae ſorte uſum. Antoninus enim, qui imperatorum, quos ipſi vidimus, citiſſime ad curam corporis venit, breviſſimis diebus ſole occidente in palaeſtram ingreditur, longiſſimis autem hora nova, aut ad ſummum decima. Quare licet iis, qui illi in diurnis officiis aſſiſtunt, ubi diſceſſere, reliquo diei tempore corporis curam agere ita, ut ſole occidente ad ſomnum ſe convertant. Nam quum minima nox novem horas aequinoctiales aequet, abunde his fuerit, ſi id totum tempus in ſomno ſumpſerint. Ergo videndum eſt, aſſuetusne per anteactam vitam exercitationi talis miniſter fuerit, an citra exercitationem lavari. Nam ſunt, qui ne eo usque quidem ſui curam habeant, ut frictionem quidem ſibi adhibeant, ſed protinus perfuſi oleo balneum ingrediantur, aut etiam ſtrigili tantum arrepta, quo ſudorem in ipſo balneo abſtergant

τὸν ἱδρῶτα. καὶ μέντοι καὶ μετρίως φέρουσι τὸ τοιοῦτον ἔθος ἔνιοι. ὥστε τινὰς αὐτῶν μηδὲ νοσεῖν συνεχῶς, ὅταν ὦσιν εὐδιάπνευστοι. καὶ καλοῦσί γε αὐτοὺς ἀραιοσυγκρίτους ἔνιοι τῶν ἰατρῶν τε καὶ γυμναστῶν. εἴρηται δὲ καὶ ὑφ᾽ Ἱπποκράτους, ὑγιεινοτέρους μὲν εἶναι τοὺς τοιούτους· ἀραιότης γὰρ, φησὶ, σώματος ἐς διαπνοὴν οἷς πλείω φέρεται, ὑγιεινότεροι, ὅσοις δ᾽ ἐλάσσω, νοσερώτεροι. τὴν μὲν δὴ τοιαύτην φύσιν σώματος οὐ χρὴ μετάγειν ἐφ᾽ ἕτερον ἔθος, οὐδ᾽ ὅλως οὐδεμίαν, ἀλλ᾽ ὅσαι διὰ τοῦ πολλοῦ χρόνου νοσοῦσιν.

Κεφ. ϛ'. [172] Εἰ δὲ συνεχῶς τις νοσοίη, σκεπτέον ἐπ᾽ αὐτοῦ τὴν αἰτίαν. εὑρεθήσεται δὲ, τὴν ἀρχὴν τῆς ζητήσεως ἡμῶν ἀπὸ τοῦ τῶν νόσων εἴδους ποιησαμένων. ὅσα γὰρ ἐκ τῆς ἐντὸς κακίας νοσεῖ τὸ σῶμα, διττὴν ἔχει τὴν πρόφασιν, ἤτοι πλῆθος, ἢ κακοχυμίαν. εἰ μὲν δὴ πληθωρικὰς νόσους νοσεῖν φαίνοιτο, σκοπὸς ἔστω καθόλου εἰς τὴν ὑγιεινὴν δίαιταν αὐτῷ, ὅπως συμμέτρους ἕξει τοὺς

Ac nonnulli quidem hanc confuetudinem modice ferunt ita, ut aliqui eorum nec affidue aegrotent, utique quibus libera corporis tranfpiratio eft: eosdem aliqui tum medicorum tum gymnaftarum raro corporis habitu homines appellant. Quin dictum et ab Hippocrate eft, huic generi hominum fanitatem magis confiare. Ait enim: *Raritas corporis ad tranfpirationem, quibus plura per cutim feruntur, falubrior; quibus pauciora, minus falubris.* Hanc corporis naturam ad aliam confuetudinem transferre non oportet, fed nec ullam omnino aliam naturam, nifi quae longo jam tempore aegrotat.

Cap. VI. Quod fi quis affidue aegrotet, difquirere in eo caufam conveniet. Ea invenietur, fi initium inquifitionis ab aegritudinis fpecie ceperimus. Quaecunque enim ab interno vitio corpus patitur, ea duplicem caufam habent, aut plethoram videlicet, aut cacochymiam. Ac fi quidem plethorae morbis teneri videatur, huc univerfa tendet victus ejus ratio, ut fuccos ad convenientem modum re-

χυμούς· εἰ δὲ διὰ κακοχυμίαν, ὅπως ἀρίστους. ἡ δὲ κατὰ μέρος πρόνοια τῆς μὲν ἐν ποσότητι συμμετρίας εἰρήσεται πρότερον, τῆς δ᾽ ἐν ποιότητι δεύτερον. λέγωμεν οὖν ἤδη περὶ τῆς προτέρας, ἐπ᾽ ἀρχὴν ἀναγαγόντες τὸν λόγον. ὅταν ἐλάττω τὰ διαπνεόμενα τοῦ σώματος ᾖ τῶν λαμβανομένων, αἱ πληθωρικαὶ νόσοι γίγνονται. φυλακτέον οὖν ἐστι τὴν συμμετρίαν τῶν ἐσθιομένων τε καὶ πινομένων πρὸς τὰ κενούμενα· σύμμετρα δὲ ἔσται, σκεψαμένων ἡμῶν ἐν ἑκατέροις τὴν ποσότητα. τοὺς μὲν γὰρ ἄντικρυς εἰς τὸ βαλανεῖον εἰσιόντας, ἔπειτα τρίψει τε χρῆσθαι, καί τι καὶ βραχὺ κινεῖσθαι πρότερον, ὅσοι δ᾽ ἔφθανον ταῦτα ποιεῖν, ἐπ᾽ ὀλίγον μὲν αὐξῆσαι καὶ αὐτὰ ταῦτα συμβουλεύσομεν. ἀφαιρεῖν δὲ χρὴ καὶ τῶν τροφῶν ἤτοι τῆς ποιότητος ἢ τῆς ποσότητος, ἢ καὶ συναμφοτέρων. τοὺς μὲν γὰρ ταχέως ἀθροίζοντας ἀξιόλογον πλῆθος ἑκατέρων· ὅσοι δ᾽ οὐ ταχέως, ἢ οὐκ ἀξιόλογον, ἀρκέσει θάτερον, ὃ ἂν αὐτὸς ὁ ἄνθρωπος αἱρῆται. τὸ μὲν οὖν τῆς ποσότητος ἀφελεῖν

vocet; ſin cacochymiae morbis, ut probos humores efficiat. Prius autem ſpecialiter dicetur, quemadmodum proſpiciendum mediocritati ſit, quae in quantitate ſpectatur, poſtea vero ei, quae in qualitate conſiſtit. Itaque jam de priore agamus, ducto tandem ad principium ſermone. Ubi, quod ex corpore exhalat, minus eſt iis, quae accedunt, plethorae oriri morbi ſolent. Ergo proſpiciendum eſt, ut eorum, quae eduntur ac bibuntur, reſpectu eorum, quae expelluntur, conveniens mediocritas ſervetur. Sane is modus ſervabitur, ſi obſervetur a nobis in utrisque quantitas. Qui enim balneum ſtatim ingrediuntur, iis poſtea frictione uti, atque etiam prius paulum dimoveri, qui vero haec prius obierint, paululum etiam haec ipſa inaugere ſuadebimus, detrahere vero de nutrimenti vel quantitate, vel qualitate, vel etiam utraque. Qui enim celeriter inſignem abundantiam congerunt, iis de utraque, qui non celeriter, aut non inſignem, iis de altera demptum eſſe ſat fuerit, utra videlicet homo ipſe potius voluerit. Ac quemadmodum de

γνώριμον, τὸ δὲ τῆς ποιότητος ἐν τῇ τῶν ὀλιγοτρόφων προσφορᾷ ἐδεσμάτων γίγνεται. πολλοὶ γὰρ ἐπὶ χοιρείοις κρέασι διαιτώμενοι πλῆθος ἀθροίζουσι τάχιστα, δεομένης τῆς τοιαύτης τροφῆς τρίψεών τε καὶ γυμνασίων ἰσχυρῶν. ἐπὶ λάχανα τοίνυν αὐτοὺς ἀκτέον ἐστὶ καὶ χέδροπα τὰ μὴ πολύτροφα, καὶ ἰχθῦς ὁμοίως καὶ ὄρνιθας, ὅσοι μὴ πολύτροφοι. (281) τῶν δὲ κακοχυμίαν ἀθροιζόντων, οὐχ ὡσαύτως τοῖς τὸ πλῆθος ἀθροίζουσιν, οὐχ εἷς ἐστιν ὁ σκοπὸς, ὅτι μηδὲ τῆς κακοχυμίας ἰδέα μία. τινὲς μὲν γὰρ ψυχροτέραν τε καὶ φλεγματικωτέραν ἀθροίζουσι κακοχυμίαν, τινὲς δὲ θερμοτέραν τε καὶ χολωδεστέραν, ἔνιοι δὲ ὑδατωδεστέραν, ὥσπερ ἄλλοι μελαγχολικωτέραν. ἀφεκτέον οὖν ἐστιν ἑκάστῳ σιτίων τε καὶ ποτῶν, ὅσα πέφυκε γεννᾷν ἑτοίμως τὸν ἀθροιζόμενον αὐτῷ χυμόν. εἴρηται δὲ περὶ αὐτῶν ἱκανῶς ἐν τρισὶ μὲν ὑπομνήμασιν, ἃ περὶ τῶν ἐν ταῖς τροφαῖς δυνάμεων ἐπιγέγραπται, καθ᾽ ἕτερον δὲ, ἐν ᾧ περὶ εὐχυμίας καὶ κακοχυμίας ἡ διαίρεσις γίγνεται. καὶ τούτων δ᾽ ἔξωθέν ἐστι τὸ περὶ τῆς λεπτυνούσης διαίτης,

quantitate dematur, notum eft. De qualitate demitur, quum exigui nutrimenti cibus apponitur. Siquidem non pauci fuilla nutriti celerrime copiam acervant, quum alias requirat id nutrimentum tum frictiones, tum exercitationes plane vehementes. His igitur olera et legumina, quae non multum corpori adjiciant, praeterea pifces et aves, quae multum item non nutriant, exhibenda funt. Qui vero vitiofos congerunt fuccos, ii non perinde, ut qui redundantiam congerunt, uni tantum rei funt intenti, quandoquidem nec unica eft vitiofi fucci fpecies. Alii enim magis frigidum pituitofumque ejusmodi fuccum congerunt, alii magis calidum ac biliofum, nonnulli magis aquofum, alii rurfus magis melancholicum. Horum ergo cuique abftinendum ab iis cibis potibusque eft, qui eum quem colligunt fuccum facile gignant. Porro dictum abunde de his eft in tribus libris, qui de alimentorum facultatibus funt infcripti; item in alio, qui de probis pravisque fuccis infcribitur. Eft et praeter hos alius de attenuante victu, utili profecto

ἧς ἐπιτήδειος τοῖς τὸν καλούμενον ὠμὸν χυμὸν ἀθροίζουσι γίγνεται, παχὺν μὲν ὑπάρχοντα πάντως, οὐκ ἀεὶ δὲ καὶ γλίσχρον. ἐπὶ πάντων δὲ τούτων κοινὸν βοήθημα γαστρὸς ὑπαγωγὴ, καὶ μάλισθ' ὅσοις ἐστὶ φύσει σκληροτέρα, κοινὸν δὲ καὶ τὸ τῶν ἀφροδισίων σύμμετρον.

Κεφ. ζ'. [173] Ἐπὶ μὲν γὰρ τῶν ἀμέμπτων κατασκευῶν τοῦ σώματος οὐ χρὴ παντάπασιν ἀφροδισίων ἀπέχεσθαι, καθάπερ ἐπὶ τῶν ξηρῶν ἔμπροσθεν εἴρηται. σκεπτέον δ' ἐν τοῖς μάλιστα, πότερον ἅπαξ ἢ δὶς ἐσθίειν τοὺς ἐν τῷ τοιούτῳ βίῳ συμφέρει. τῆς σκέψεως δ' ἐστι κεφάλαιον ἥ τε τοῦ σώματος αὐτῶν φύσις, ἥ τ' ἐπὶ ταὐτὸν συνήθεια τῆς διαίτης, καὶ τρίτον ἐπ' αὐταῖς, ἐάν σοι φανῇ μετακινητέον εἶναι τὸ ἔθος, ὅπως αὐτοῦ φέρει τὴν ὑπαλλαγὴν ὁ ἄνθρωπος. ἀπὸ μὲν οὖν τῆς φύσεως ἡ τοῦ συμφέροντος ἔνδειξις γίνεται. τῶν μὲν ἐκχολουμένης τῆς γαστρὸς, εἴρηται μὲν ἤδη καὶ διὰ τοῦ δ' γράμματος, εἰρήσεται δὲ καὶ νῦν· ἔστω μὲν ἀεὶ τὰ πρῶτα τῶν ἐσθιομένων τε καὶ πινομένων, ὅσα λαπάττει τὴν γαστέρα, τῶν μὲν οἴνων οἱ γλυκεῖς καὶ ὑπακτικοὶ,

iis, qui crudum congerunt fuccum; qui craffus quidem omnino eft, non tamen perpetuo glutinofus. Sane omnibus his commune auxilium eft alvi dejectio, potiffimum vero quibus eft naturaliter adftrictior. Communis porro eft et veneris commoderatio.

Cap. VII. Quibus enim inculpata corporis conftitutio eft, non debent ii, veluti ficcis fupra praeceptum eft, a venere omnino abftinere. Illud tamen confiderationem maxime defiderat, femelne die an bis fit iis, qui ejusmodi vitam agunt, comediffe ex ufu. Ejus confiderationis caput eft et corporis ipforum natura, et ab hac in victus ratione confuetudo, et tertio ab his, fi mutare victus rationem videbitur, quo pacto ejus mutationem homo ferat. Atque ab ipfa quidem natura ejus, quod conducet, indicatio datur. Et eorum quidem, quibus biliofus venter eft, (ficuti dictum nobis in quarto jam eft, et nunc nihilo minus dicetur,) primi femper ciborum ac potionum fint, qui alvum dejiciant. Ex vinis quidem

(οὐ γὰρ ἅπαντές εἰσι τοιοῦτοι,) ἐδεσμάτων δὲ τὰ λάχανα δι' ἐλαίου τε καὶ γάρου. φυλακτέον δὲ τῶν οἴνων τοὺς αὐστηρούς, ὥσπερ γε καὶ τῶν ἐδεσμάτων τὰ στύφοντα, πλὴν εἰ μετὰ τὴν ἐδωδὴν ἅπασαν ἕνεκα τοῦ τονῶσαι τὸ στόμα τῆς γαστρὸς ἡ προσφορὰ γίγνοιτο. κριτέον δὲ καὶ τοῦτο τῇ πείρᾳ· τισὶ γὰρ οὐ μόνον ἄλυπός ἐστιν ἡ τοιαύτη χρῆσις τῶν στυφόντων, ἀλλὰ καὶ συντελεῖ τι πρὸς ὑπαγωγὴν γαστρὸς ἐκ τοῦ τονωθῆναι κατὰ τὸ στόμα τὴν κοιλίαν. ἐναργέστατον δὲ ἐπὶ τῶν ἀτονώτερον ἐχόντων αὐτὴν φαίνεται τοῦτο γιγνόμενον. ὅσοι δὲ τοῖς κατὰ παλαίστραν γυμνασίοις ἐχρῶντο πρὸ τοῦ λουτροῦ, πρὶν ἐμπεσεῖν ἀσχόλῳ βίῳ, τούτοις ἀποστῆναι μὲν αὐτῶν βλαβερώτατον, ὁμοίως δὲ χρῆσθαι πρὸς τῷ βλαβερῷ καὶ ἀδύνατον. ὅπερ οὖν ἔφην ὀνομάζεσθαι γυμνασίων εἶδος ἀποθεραπευτικὸν, τούτῳ χρηστέον αὐτοῖς ἅμα καὶ τοῦ πλήθους τῶν χοιρείων κρεῶν ἀφαιρετέον. ἐπεὶ δὲ, ὡς ἔφην, ἐνίοις ἐσθίειν ἄμεινόν τι πρὸ τοῦ λουτροῦ, περί τε τῆς ὥρας, ἐν ᾗ τοῦτο πρακτέον αὐτοῖς ἐστι,

dulcia, et quae mollire ventrem possunt; non enim omnia ejus sunt generis. Ex cibis olera cum oleo et garo. Vitanda vero ex vinis sunt austera; ex cibis, qui adstringunt, nisi firmandi oris ventris causa post totam comestionem exhibeantur. Id autem experientia quoque discernendum est; sunt enim quibus adstringentium usus non solum haud ingratus sit, sed etiam ad alvum dejiciendam conducat, propterea quod os ventris roborat; quod evidentissime in iis, qui imbecillius id obtinent, cernitur. Quicunque vero palaestrae exercitiis ante balneum sunt usi, priusquam implicatae negotiis vitae se addicerent, iis ut ab ipsis abstinuisse est incommodissimum, ita, ut similiter utantur, praeter incommodum etiam fieri omnino nequit. Ergo exercitatione, quae apotherapia dicitur (de qua supra egimus), ipsis utendum censeo, et simul de suillae carnis copia nonnihil demendum. Quoniam vero (ut ante dixi) sunt, quibus ante balneum cibasse aliquid est melius, dicendum deinceps est tum de hora, qua fa-

Ed. Chart. VI. [175.] Ed. Baf. IV. (281.)

καὶ περὶ τῆς ποιότητός τε καὶ ποσότητος ὧν χρὴ προσφέρεσθαι λεκτέον ἐφεξῆς. ὅπερ οὖν εἴωθα ποιεῖν αὐτὸς ἐγὼ καθ᾽ ἣν ἂν ἡμέραν ὀψιαίτερον ἡγῶμαι λούσασθαι δι᾽ ἀῤῥώστων ἐπισκέψεις ἤ τινα πολιτικὴν πρᾶξιν, εἰπεῖν οὐκ ὀκνήσω. ὑποκείσθω μὲν ἡμέρα, καθ᾽ ἣν τοῦτο γίγνεται, ιγ᾽ τῶν ἰσημερινῶν ὡρῶν, ἐλπίζεσθαι δὲ περὶ δεκάτην ὥραν ἡ τοῦ σώματος ἐπιμέλεια γενήσεσθαι. κατὰ ταύτην τὴν ὑπόθεσιν ἔδοξέ μοι περὶ τετάρτην ὥραν προσφέρεσθαι τροφὴν ἁπλουστάτην, ἥτις ἐστὶν ἄρτος μόνος. ἐγὼ μὲν οὕτως αὐτὸς ἔπραξα, τινὲς δὲ οὐχ ὑπομένουσιν ἄρτον ἐσθίειν μόνον, ὄψων χωρὶς, ἀλλ᾽ ἤτοι μετὰ βαλάνων φοινίκων, ἢ ἐλαιῶν, ἢ μέλιτος, ἢ ἁλῶν ἐσθίουσιν, εἶτα καὶ πίνουσιν ἔνιοί τινες αὐτῶν, ἐγὼ δὲ οὐκ ἔπιόν ποτε ἐπὶ τοιαύτῃ τροφῇ, καὶ μόνον ἔφαγον τὸν ἄρτον. ἔστω δ᾽ αὐτῶν πλῆθος ἑκάστου τοσοῦτον, ὅσον ἄχρι τῆς δεκάτης ὥρας ἐν τῇ γαστρὶ πεφθῆναι δύναται· καὶ γὰρ, εἰ γυμνάζεσθαι βούλοιντο, μάλιστα ἂν οὕτως ἀβλαβῶς γυμνάσαιντο. βλάβη γὰρ ἐνίοις οὐ σμικρὰ γίγνεται γυμναζομένοις ἐν τῷ πλήθει σιτίων, ἐνίοις δὲ

cere id debent, tum de quantitate eorum, quae fument, ac qualitate. Ergo, quod ipfe facere confuevi diebus iis, quibus propter vel infirmos vifitandos vel civilia negotia putavi me ferius ad balneum acceffurum, id dicere non gravabor. Ponatur dies, quo id fit, tredecim horas aequinoctiales longus; in decimam vero corporis curandi fpem effe. Hoc cafu vifum mihi eft circa quartam horam fimpliciffimum fumendum effe nutrimentum, qui utique folus eft panis. Atque ipfe quidem ita feci. Quibusdam vero pane folo vefci fine obfonio non placet, fed eum cum palmulis, olivis, melle, aut fale fumunt; funt etiam, qui poft eum bibunt. Ego vero nec a tali cibo unquam bibo, et folum panem comedo. Sit autem cujusque eorum copia, quae decima hora concocta effe poffit; quippe, fi exercitari cupiant, eo maxime pacto citra noxam fe exercitent, fiquidem non leve incommodum nonnullis accidit, quum repleti cibo fe exercitant; nonnullis enim et caput

καὶ ἡ κεφαλὴ πληροῦται, καὶ κατὰ τὸ ἧπαρ αἴσθησις γίγνεται τάσεως, ἢ βάρους, ἢ ἀμφοῖν. ὅταν οὖν τι τοιοῦτον συμβαίνῃ, θεραπευτέον αὐτὸ παραχρῆμα, τὰς μὲν κατὰ τὸ ἧπαρ ἐμφράξεις διὰ τῶν ἐκφραττόντων, τὰς δὲ τῆς κεφαλῆς πληρώσεις διὰ περιπάτων, μάλιστα μὲν πρὸ τροφῆς, οὐδὲν μὴν κωλύει καὶ μετὰ τὴν τροφήν. [174] ἀλλὰ τούτους μὲν ἐσχάτως βραδεῖς ποιεῖν προσήκει, τοὺς δὲ πρὸ τῆς τροφῆς συντονωτέρους μὲν τούτων, οὐ μὴν τοιούτους, ὁποίους ἐπειγόμενοι πρός τινα πρᾶξιν ἐνεργοῦμεν. ὅσα δ' ἐκφράττει τὸ ἧπαρ, ἁρμόζει ταῦτα ταῖς βραδυπεψίαις, ἄριστα δ' αὐτῶν ἐστιν ὀξύμελί τε καὶ τὸ διὰ τριῶν πεπέρεων, ἐν ᾧ μηδὲν μέμικται τῶν ἀήθων φαρμάκων, καὶ ἡ λεπτύνουσα δίαιτα· ταῦτα γὰρ βραδυπεψίας ἐπανορθοῦται, καὶ τὰς κατὰ τὸ ἧπαρ ἐμφράξεις ἰᾶται. διαφθορᾶς δὲ τῶν ἐν τῇ γαστρὶ σιτίων γιγνομένης, οἷς μὲν ὑπέρχεται τὰ διεφθαρμένα, μέγιστον ἐφόδιον εἰς ὑγίειαν ἔχουσιν, οἷς δὲ οὐχ ὑπέρχεται, διὰ τῶν ἀλύπως ὑπαγόντων ἐρεθιστέον. ἔστι δὲ ταῦτα τό τε Διοσ-

impletur vaporibus, et in jecinore aut ponderis fenfus, aut diftentionis, aut utriusque percipitur. Ergo, quum tale quippiam contingit, fuccurrendum ei quamprimum eft: fi jecur obftructum fit, iis, quae in viis ejus haerentia expediant; fi caput repletum eft, ambulationibus, fed potiffimum ante cibum; nihil tamen vetat, quin et poft cibum. Caeterum has quammaxime lentas effe expedit; illas, quae ante cibum funt, his quidem citatiores, non tamen quales feftinabundi ufurpamus, opere aliquo urgente. Quae vero jecinoris meatus obftructos expediunt, eadem tarditati concoctionis conducunt. Horum optima funt oxymel, et diatrionpeperceon, in quo nullum immixtum fit medicamentum non familiare, ad haec extenuans victus. Haec enim tarditatem concoctionis corrigunt, et obftructiones jecinoris liberant. Ubi vero corruptio ciborum in ventre accidit, quibus id, quod corrumpitur, in alvum defcendit, iis maximum id compendium ad fanitatem eft; quibus vero non defcendit, ii provocandi iis funt, quae leviter dejiciunt; cujusmodi funt Diofpoliticon, utique

Ed. Chart. VI. [174.] Ed. Baſ. IV. (281.)

πολιτικὸν ὀνομαζόμενον φάρμακον, ὅταν ἴσον τοῖς ἄλλοις λάβῃ τὸ νίτρον, τό τε διὰ τῶν ἰσχάδων τε καὶ τοῦ κνίκου, ὅσα τ᾽ ἄλλα διὰ κνίκου ἢ ἐπιθύμου συντίθεται. τοῖς δ᾽ οὕτω διακειμένοις ἀνθρώποις συμφέρουσι καὶ οἱ πρὸ τροφῆς ἔμετοι· ἔμετος δὲ δι᾽ οἴνου πόσεως γλυκέος γινόμενος. συμβουλεύειν δὲ αὐτοῖς χρὴ μηδὲν κνισσῶδες, ἢ βρομῶδες, ἢ ὅλως εὔφθαρτον ἔδεσμα προσφέρεσθαι, τὰ καλούμενα δὲ ὑπὸ τῶν ἰατρῶν εὔχυμα, ταῦτα ἐκλέγεσθαι. γέγραπται δὲ περὶ αὐτῶν ἑτέρωθι κατὰ τὸ περὶ τῆς εὐχυμίας τε καὶ κακοχυμίας ὑπόμνημα· γέγραπται δὲ, ὡς ἔφην ἤδη, κἀν τοῖς τρισὶν, ἐν οἷς περὶ τῆς ἐν ταῖς τροφαῖς δυνάμεως ὁ λόγος ἐστίν. ἐπιτήδειον δὲ τοῖς οὕτως ἔχουσιν ἀνθρώποις ἐκ διαλειμμάτων χρόνου συμμέτρου τῆς γαστρὸς ὑπαγωγὴ διὰ τῶν μετρίως καθαιρόντων, ὁποῖόν ἐστι τὸ δι᾽ ἀλόης πικρὸν, οὕτως γὰρ αὐτὸ καλοῦσι πολλοὶ τῶν ἰατρῶν, ὥσπερ ἔνιοι πικρὰν θηλυκῶς. ἐὰν δ᾽ ἐπιτρέψῃς πολλῷ χρόνῳ τὴν κακοχυμίαν ἀθροίζεσθαι, νόσημά τι χαλεπὸν αὐτοῖς συμβήσεται. καὶ

quum pari cum reliquis pondere nitrum immixtum habet, et quod ex ficis et cnico componitur, aliaque, quae ex cnico vel epithymo conficiuntur. Porro iis, qui ita ſunt affecti, etiam vomitus ante cibum conducit, vomitus autem vini dulcis potione provocatus. Conſulendum vero his eſt, ne quid fumidum, aut male olens, aut denique facile corruptibile nutrimentum accipiant, ſed quae boni ſucci vocantur a medicis, ea potius eligant. Scriptum vero de his alibi eſt in iis, quae de boni malique ſucci cibis prodidimus; ſcriptum vero etiam eſt, ut jam dixi, in illis tribus, quos de alimentorum facultatibus inſcripſimus. Percommodum vero iis qui ita ſe habent hominibus eſt, et ſi ex conveniente temporis intervallo alvum ſubducant per ea, quae modice purgent, cujusmodi eſt dia-loës amarum; ſic enim plerique medicorum vocant, quemadmodum aliqui in foeminino genere amaram. Si vero longo tempore vitioſum ſuccum augeri ſinas, gravis quispiam morbus ipſis continget. Sane poſſunt ejusmodi ſibi

δύνανταί γε τὴν τοιαύτην ἑαυτῶν πρόνοιαν ποιεῖσθαι κατὰ τὰς ἡμέρας ἐκείνας, ἐν αἷς ἑορτή τίς ἐστι δημοτελὴς, ἐλευθεροῦσα τῆς δουλικῆς ὑπηρεσίας αὐτούς. ἀλλὰ δι' ἀκρασίαν οὐ μόνον οὐδὲν ποιοῦσιν εἰς ἐπανόρθωσιν τῶν κατὰ τὸ σῶμα μοχθηρῶς ἠθροισμένων, ἀλλὰ καὶ προσεπιπληροῦσιν αὐτὰ κακῶς διαιτώμενοι κατὰ τὰς ἑορτάς. ἁλίσκονται τοιγαροῦν νοσήμασιν, ἔνιοι μὲν αὐτῶν οὕτως χρονίοις, ὡς ἐν ἁπάσῃ τῇ ζωῇ περιμένειν, ὁποῖόν ἐστι κακὸν ἥ τε ποδάγρα καὶ ἡ ἀρθρῖτις καὶ ἡ νεφρῖτις, ἔνιοι δὲ ὀξέσι μὲν, ἀλλ' ἐνοχλοῦσιν αὐτοῖς ἤτοι καθ' ἕκαστον ἔτος, ἢ πάντως γε διὰ δυοῖν, τινὲς δὲ καὶ δὶς οὕτω νοσοῦσιν καθ' ἓν ἔτος.

Κεφ. η'. Ἡ δ' ὑγιεινὴ τέχνη τοὺς πειθομένους αὐτῇ διαφυλάττειν ὑγιαίνοντας ἐπαγγέλλεται, τοῖς δ' ἀπειθοῦσιν ἐν ἴσῳ καθέστηκεν ὡς εἰ καὶ μηδόλως ἦν. ἀπειθοῦσι δ' ἔνιοι μὲν ὑπὸ τῆς ἐν τῷ παραχρῆμα νικηθέντες ἡδονῆς, οὓς ἀκρατεῖς τε καὶ ἀκολάστους ὀνομάζομεν, ἔνιοι δὲ ὑπὸ φιλοτιμίας, ἣν ὀνομάζουσιν οἱ Ἕλληνες κενοδοξίαν, ὁποῖος ἦν

curam impendere iis diebus, quibus publicum aliquod festum celebratur, quo nimirum liberi a fervili ministerio sunt. Verum multi per intemperantiam adeo nihil agunt, quo, quod vitiosum in corpore collectum est, corrigant, ut etiam cumulativa congerant, dum vitioso cibo in ipsis festis utuntur. Quo fit, ut aliis eorum diutini morbi contingant, a quibus tota vita explicare se nequeunt, cujus generis mala sunt et podagra, et articularis morbus, et renum inflammatio; aliis acuti, sed qui vel singulis annis infestent, vel certe alternis omnino; aliqui vero etiam bis ita uno anno laborant.

Cap. VIII. Ars vero sanitatis tuendae iis, qui sibi paruerint, constantem sanitatem promittit; qui vero parere recusant, iis perinde est, ac si omnino non esset. Recusant autem alii ab ipsa in praesens voluptate victi, quos incontinentes intemperantesque nominant, alii ambitione, quam Graeci hodie vanam gloriam vocant; quorum is

Ed. Chart. VI. [174. 175.] Ed. Baf. IV. (281. 282.)
καὶ ὁ πάντα μᾶλλον ὑπομείνας παθεῖν, ἢ πιττοῦσθαι συνεχῶς ὅλον τὸ σῶμα, συμβουλευόντων αὐτῷ τῶν ἰατρῶν τὸ βοήθημα τοῦτο διὰ τὴν ἰσχνότητα. γίγνεται δ' αὕτη τισὶ (282) μὲν ἐπὶ τῇ καθ' ὅλον τὸ σῶμα δυσκρασίᾳ κατὰ τὴν ἐπὶ τὸ ξηρόν τε καὶ ψυχρὸν ὑπερβολὴν, ἐνίοις δὲ διὰ τὴν ἀναδοτικὴν δύναμιν ἢ θρεπτικὴν ἢ ἀμφοτέρας ἀῤῥωστοτέρας οὔσας φύσει. [175] πάντας δὲ τοὺς οὕτως ἔχοντας ὀνίνησιν ὁ καλούμενος ὑπὸ τῶν νῦν Ἑλλήνων δρῶπαξ· καὶ γὰρ ἀναδόσει συντελεῖ καὶ θρέψει, καὶ πολλούς γε τῶν ἰσχνῶν ἔμπροσθεν ἔστιν ἰδεῖν παχυνθέντας ἐπὶ τῷ βοηθήματι, καὶ μάλισθ' ὅσοις ἡ μὲν ἀναδοτικὴ δύναμις ἄῤῥωστός ἐστιν, ἡ θρεπτικὴ δὲ οὐκ ἄῤῥωστος μὲν, ἀλλὰ δι' ἀπορίαν ὕλης ἐπιτηδείου τρέφειν αὐτάρκως οὐκ ἐδύνατο, τούτου συμβαίνοντος αὐτῇ δι' ἔνδειαν τῆς ἀναδιδομένης τροφῆς. ἀλλ' ἔνιοι, ὡς ἔφην, ὑπὸ φιλοτιμίας, ἵνα μὴ δόξωσιν ὁμοίως τοῖς τρυφῶσιν ἢ καλλωπιζομένοις πιττοῦσθαι, φεύγουσι τὴν ἐξ αὐτοῦ βοήθειαν, ἄλλο τι κελεύοντες ἡμᾶς ἐφευρεῖν αὐτοῖς βοήθημα τῆς ἰσχνότητος. ἔστι δὲ

erat, qui quidvis potius fuftinuiffet, quam picem fibi toto corpore continenter illini, fuadentibus id medicis pro gracilitatis remedio. Haec enim nonnullis propter totius corporis in ficci frigidique exceffu intemperiem oritur, nonnullis vero propter digerentis in corpus vel nutrientis vel etiam ambarum facultatum naturalem imbecillitatem. Porro omnibus, qui ita funt affecti, auxiliatur unguenti genus, quod a Graecis hodie dropax dicitur, utpote quod et diftribuendo in corpus alimento et nutritioni conducit. Et fane multos ex iis, qui prius graciles fuere, videre licet hoc remedio obefos redditos, potiffimum quibus digerendi facultas infirma erat, nutriendi vero firma, fed quae per aptae materiae penuriam affatim nutrire non potuit, quod ei nimirum ex deducendi in corpus alimenti defectu incommodum accedit. Verum aliqui per ambitionem, ut dixi, ne, ficut delicati, aut qui formae plus fatis indulgent, pice ungi videantur, refugiunt ejusmodi auxilium, atque aliud quippiam fibi a nobis

οὐδὲν μὲν τῷδε δύναμιν ἔχον ἴσην· ὠφελεῖν μέντοι δύναται καὶ τὰ τοιαῦτα, πρὸ τοῦ λουτροῦ χερσὶ μὴ πάνυ μαλακαῖς, ὥσπερ αὖ μηδὲ τραχείαις, ανατρίβειν τὸ σῶμα, μέχρι περ ἂν ἔρευθος σχῇ, κἄπειτα τρίψει σκληρᾷ, μὴ πολλῇ, πιλοῦντας τὸ δέρμα πυκνὸν καὶ σκληρὸν ἐργάζεσθαι, καὶ μετὰ ταῦτα γυμνασίοις συμμέτροις χρησάμενον, εἶτα λουσάμενον, ἄνευ τοῦ χρονίσαι κατὰ τὸ βαλανεῖον, ἐκμάττεσθαι παραπλησίως τῇ προειρημένῃ ξηροτριβίᾳ, καὶ μετὰ ταῦτα ἐπαλείφεσθαι ἐλαίῳ βραχεῖ, καὶ προσφέρεσθαι τὰ σιτία. σκοπὸς γὰρ τῶν τοιούτων ἐστὶ, εἰς τὸ σαρκῶδες γένος ἑλκύσαντας αἷμα χρηστὸν, ἐπιῤῥῶσαι τὴν ἐν αὐτοῖς θρεπτικὴν δύναμιν, ὅπως μὴ διαφορηθείη τὸ ἑλχθέν. ῥώννυται μὲν οὖν ἡ θρεπτικὴ δύναμις ἐκ τοῦ θερμανθῆναι τὰς σάρκας, οὐ διαφορεῖται δὲ τὸ παραγόμενον εἰς αὐτὰς αἷμα, χρισαμένων ἐλαίῳ, δύναμιν ἐμπλαστικὴν ἔχοντι φαρμάκῳ. εἰ δὲ τὰ τῆς ἡλικίας ἐπιτρέποι, καὶ ψυχρολουσίαις ὁ αὐτὸς ἄνθρωπος χρώμενος ἅμα τοῖς εἰρημένοις ὀνήσεται μεγάλως. ἔμπαλιν δ᾽ ἐπὶ τῶν ἀμέτρως παχυνθέντων ἐκλύειν

excogitari gracilitatis remedium jubent, quum tamen nullum fit, quod huic possit aequari. Prodesse tamen possunt etiam haec, si ante balneum manu nec adeo molli, neo rursus aspera corpus perfrices, quoad ruborem contrahat, deinde dura frictione non multa cutem cogens, densam eam duramque efficias; ab his si mediocri exercitatione usum ad lotum, citra tamen longam in solio moram, hominem abstergeas ad jam dictae frictionis siccae formam, mox ungas oleo exiguo, ac cibum offeras. Quippe studium in his est, ubi bonum sanguinem in corporis molem attraxeris, ut tum nutricem facultatem firmes, tum, ne, quod attractum est, exhalet, prospicias. Ac firmatur quidem nutriendi vis excitato in carnibus calore. Non exhalabit autem qui attractus in has sanguis est, si oleo unxeris, utpote quod emplastici medicamenti vim habet. Quod si aetas non reclamet, etiam si frigida lavatione una cum praedictis utetur, magno fruetur commodo. Contra vero in iis, qui immodice sunt obesi, minuenda digestio

μὲν χρὴ τὴν ἀνάδοσιν, αὐξάνειν δὲ χρὴ τὰς ἀποῤῥοίας τοῦ σώματος. ἡ μὲν οὖν ἀνάδοσις ἐκλύεται συνεχέσιν ὑπαγωγαῖς γαστρὸς, ἐθισάντων ἡμῶν τὰ τῆς τροφῆς ὄργανα κάτω ταχέως ὠθεῖν, ὅσα περιέχεται κατὰ ταῦτα. τὰς δὲ ἀποῤῥοίας τοῦ σώματος αὐξήσομεν ὀξέσι γυμνασίοις, ὧν ἐστι καὶ δρόμος, ἀλείμμασί τε διαφορητικοῖς τρίβοντες ἐπὶ πλεῖστον. εἶναι δὲ χρὴ τὴν τρῖψιν δηλονότι μαλακήν τε καὶ ἀραιωτικήν. ἐγὼ γοῦν τινα παχὺν ἱκανῶς ὀλίγῳ χρόνῳ συμμέτρως εὔσαρκον εἰργασάμην, ὀξεῖ δρόμῳ χρῆσθαι καταναγκάζων, εἶτ᾽ ἀπομάττων μὲν τὸν ἱδρῶτα σινδόσιν, ἤτοι λίαν μαλακαῖς, ἢ λίαν τραχείαις, ἐφεξῆς δὲ τρίβων ἐπὶ πλεῖστον ἀλείμμασι διαφορητικοῖς, ἃ καλοῦσιν ἤδη συνήθως οἱ νεώτεροι τῶν ἰατρῶν ἄκοπα, καὶ μετὰ τὴν τοιαύτην τρῖψιν ἐπὶ τὸ λουτρὸν ἄγων, ἐφ᾽ ᾧ λουτρῷ τροφὴν μὲν εὐθέως οὐ προσέφερον, ἡσυχάζειν δὲ μεταξὺ κελεύων, ἢ καί τι τῶν συνήθων αὐτῷ πράττειν, αὖθις ἐπὶ τὸ δεύτερον ἦγον λουτρὸν, εἶτ᾽ ὄγκους ἐδεσμάτων ὀλιγοτρόφους ἐδίδουν, ὡς ἐμ-

eft, augenda vero corporis exhalatio. Porro minuetur digeftio affidua ventris dejectione, nempe affuefacientibus nobis nutrimenti inftrumenta, quaecunque continent, ea ftatim peffum impellere. Corporis autem exhalatio inaugebitur celeri exercitatione, cujus generis curfus eft, praeterea unguentis iis, quae difcutiendi facultatem habent, fricando quamplurimum. Sane frictionem mollem effe convenit, ac quae rarum corpus efficiat. Ipfe namque praepinguem quendam parvo tempore ad mediocritatem carnis reduxi, celeri primum curfu uti cogens, dein fudorem linteo vel molli admodum, vel admodum afpero detergens; ab his, unguentis difcutientibus, quae hodie acopa medici juniores vocare folent, largiffime perfricui, ac poft ejusmodi frictionem ad balneum perduxi, a quo non protinus cibum dedi, fed quiefcere interim juffum, aut etiam confuetum aliquod munus obire, rurfus ad balneum fecundo egi; poftea ciborum multitudinem, qui parum nutrirent, appofui eo confilio, ut faturarent illi quidem, caeterum

πίπλασθαι μὲν, ὀλίγον δ᾽ ἐξ αὐτῶν εἰς ὅλον ἀναδίδοσθαι τὸ σῶμα. καὶ τὰς ἄλλας δὲ δυσκρασίας, ἐν ὅλῳ τῷ σώματι γιγνομένας, ὁμοίως ἐπανορθοῦσθαι χρὴ, πρῶτον μὲν ὧν προσήκει πράττειν εὑρίσκοντα τὸν σκοπὸν, εἶτα τὰς δυναμένας αὐτὰ δρᾷν ὕλας. διὸ καὶ σύντομος ὁ νῦν λόγος ἅπαξ γίγνεται πρὸς τοὺς μεμνημένους τῶν τε τρίψεων καὶ τῶν γυμνασίων καὶ τῶν λουτρῶν τὰς διαγωγὰς, ἔτι τε πρὸς τούτοις ἐδεσμάτων τε καὶ φαρμάκων. περὶ μὲν οὖν τρίψεών τε καὶ γυμνασίων ἐν τῇδε τῇ πραγματείᾳ πρόσθεν εἴρηται, περὶ δὲ τῶν τροφῶν ἑτέρωθι, καθάπερ γε καὶ περὶ τῶν φαρμάκων. ἡ γάρ τοι κατὰ μέθοδον διδασκαλία, τὰ κοινὰ καὶ καθόλου περιλαμβάνουσα, εἰς πολλὰ τῶν κατὰ μέρος εὐμνημόνευτός τε καὶ σύντομος γίγνεται. [176] ἐγὼ δὲ οὐ μόνα τὰ καθόλου λέγω, ἀλλὰ καὶ τὰ παραδείγματα τῶν κατὰ μέρος αὐτοῖς προστιθεὶς τελειοτάτην ἡγοῦμαι ποιεῖσθαι τὴν διδασκαλίαν.

Κεφ. θ΄. Καιρὸς οὖν ἤδη μεταβαίνειν ἐπὶ τὰς ἀνωμάλους κατασκευὰς τῶν σωμάτων, αἳ δὴ καὶ νοσώδεις

exiguum nutrimenti in totum corpus fubmitterent. Sed et alias quae totum occupant corpus intemperies fimili ratione corrigere conveniet, primum eorum, quae fieri oportebit, invento fcopo, mox materiis, quae ea praeftare queant. Nam tunc compendio fermo omnis femel peragatur ad eos, qui tum frictionum, tum exercitationum, tum balneorum rationes memoria tenent, ac praeterea ciborum et medicamentorum. Ac de frictionibus exercitationibusque in hoc opere fupra eft dictum, de cibis vero alibi, atque etiam de medicamentis. Quippe doctrina, quae methodo traditur, quum communia generaliaque continet, ad multa particularia tum memoratu facilis eft, tum vero compendiaria efficitur. Ego vero quum non tantum univerfa ponam, fed etiam particularium exempla his apponam, abfolutiffimam me arbitror tradere doctrinam.

Cap. IX. Jam ad inaequales corporum conftitutiones tranfire tempeftivum videtur: hae porro etiam morbofae

πάντως εἰσίν. ἀνώμαλοι δὲ κατασκευαὶ γίγνονται τριττῶς, διὸ καὶ ἡ τοῦ σώματος ἡμῶν σύνθεσίς ἐστι τριττή· μία μὲν ἡ ἐκ τῶν πρώτων στοιχείων, ἐξ ὧν γέγονε τὰ καλούμενα παρὰ Ἀριστοτέλους ὁμοιομερῆ· δευτέρα δὲ ἡ ἐκ τούτων αὐτῶν τῶν ὁμοιομερῶν, ἃ δὴ καὶ αὐτὰ στοιχεῖα πάλιν ἐστὶν αἰσθητὰ τῶν ἀνομοιομερῶν, ὅθεν ἡ τῶν ὀργανικῶν γίγνεται σύνθεσις· ἐπ᾽ αὐτοῖς ἡ τρίτη τοῦ παντὸς σώματος ἐκ τῶν ὀργανικῶν. εὐκολωτέρα μὲν οὖν ἐστιν ἡ τρίτη λεγομένη καὶ διαγνωσθῆναι, καὶ προνοίας τυχεῖν, δυσκολωτέρα δὲ ἡ δευτέρα, χαλεπωτάτη δὲ ἡ πρώτη. βέλτιον οὖν ἀπὸ τῆς τρίτης ἄρξασθαι, ῥᾴονα τήν τε διάγνωσιν ἐχούσης καὶ τὴν πρόνοιαν, οἷον εὐθέως ἐπὶ τῆς κεφαλῆς, (οὐδὲν γὰρ χεῖρον ἐντεῦθεν ἄρξασθαι,) δυσκράτου φύσει γινομένης, ὡς πολλὰ γεννᾷν περιττώματα, ἐξ ὧν αἱ βλάβαι γίνονται τοῖς ὑποκειμένοις ὀργάνοις, ἐφ᾽ ὅ τι ἂν αὐτῶν τράπηται τὸ περιττόν. ἑτοιμοτάτη μὲν οὖν ἡ εἰς τὸ στόμα καὶ τὰς ῥῖνας φορὰ, παραγίγνεται δὲ καὶ εἰς ὀφθαλμοὺς, ἐνίοις δὲ καὶ εἰς ὦτα. τὴν δὲ εἰς τὸ στόμα φορὰν τῶν περιττω-

omnino ſunt. Sane inaequales conſtitutiones triſariam fiunt, prout compoſitio corporis noſtri triplex eſt: una ex primis elementis, ex quibus conſtant ea, quae Ariſtoteles ſimilares partes nominat; ſecunda ex his ipſis ſimilaribus, quae ipſa quoque rurſus ſenſibilia diſſimilarium partium elementa ſunt, ex quibus inſtrumentalium compoſitio conſiſtit; tertia ab his totius corporis compoſitio ex ipſis inſtrumentalibus eſt. Ac facillima quidem tum ad discernendum, tum vero ad curandum tertia eſt; difficilior ſecunda; maxime lubrica prima eſt. Commodius ergo a tertia incipitur, quae faciliorem ſe et ad cognoſcendum praebet, et ad cuſtodiam; ut ſtatim in capite, (neque enim alienum eſt ab eo coepiſſe,) quod intemperatae naturae ſit adeo, ut multa excrementa gignat, unde laedi ſubjecta membra contingat, in quodcunque excrementa procubuerint. Ac promptiſſime quidem in os et nares impetum excrementa faciunt; decidunt vero et in oculos; nonnullis etiam in aures. Sed excrementi in os de-

μάτων ὑποδέχεται στόμαχός τε καὶ ἡ τραχεῖα ἀρτηρία, (καλοῦσι δὲ αὐτὴν καὶ βρόγχον,) ἧς τὸ συνάπτον τῷ στόματι πέρας ὑψηλὸν (ὀνομάζεται δὲ λάρυγξ) ὄργανον φωνῆς ὑπάρχει, ὡς ἐν τῷ περὶ φωνῆς ὑπομνήματι δέδεικται. οὕτως τε οὖν αὐτὸς ὁ λάρυγξ ὑπὸ τῶν εἰς αὐτὸν ἐκ τῆς κεφαλῆς καταῤῥεόντων ὑγραινόμενος ἐν ἀρχῇ μὲν βραγχώδη τὴν φωνὴν ἐργάζεται, προϊόντος δὲ τοῦ χρόνου μικράν· ἢν δ' ἐπὶ πλέον ἥκῃ τὸ κακὸν, ἀπόλλυται πᾶσα, συνδιαβρέχεται γὰρ τῷ λάρυγγι καὶ ἡ ἀρτηρία. δριμέος δὲ τοῦ ῥεύματος ὄντος, οὐκ εἰς φωνὴν μόνην ἡ βλάβη τοῖς εἰρημένοις μορίοις, ἀλλὰ καὶ χαλεπωτάτη τις ἀνάβρωσις προσέρχεται, τοιαύτη τὴν φύσιν, οἵας καὶ κατὰ τὸ δέρμα βλέπομεν βλαπτόμενον γιγνομένας πολλάκις ἄνευ τῆς ἔξωθεν αἰτίας. οὕτως δὲ καὶ πνεύμων αὐτοῖς ἑλκοῦται, καὶ φθόη καλεῖται τὸ πάθος. ἐὰν δὲ εἰς στόμαχόν τε καὶ γαστέρα τρέπηται τὸ ῥεῦμα, ψυχρὸν μὲν ὑπάρχον εἰς δυσκρασίαν ψυχρὰν ἄγει τὰ σώματα, θερμὸν δὲ εἰς θερμήν. ἑλκοῖ δὲ τοιοῦτον τῷ χρόνῳ, κατ' ἀρχὰς δὲ τάς τε ὀρέξεις βλάπτει καὶ τὰς πέψεις.

curfum tum gula excipit, tum afpera arteria, (appellant hanc et βρόγχον,) cujus fumma pars, quae ori conjungitur, (larynx autem dicitur,) inftrumentum eft vocis, ut in libro de voce eft indicatum. Sic ergo is larynx ab iis, quae decidunt e capite, madefactus, principio quidem raucam vocem facit, procedente vero tempore parvam; fi vero longius etiam procedit malum, totam adimit. Quippe cum larynge arteria quoque ipfa una humectatur. Quod fi acris fluxio fit, non folum ad vocem ineptae praedictae partes fiunt, fed etiam graviffima quaedam erofio his accedit, quae talis eft naturae, qualis funt, quas fubinde in cute citra externam caufam laefa factas videmus. Sic vero et pulmo his exulceratur, et morbus tabes dicitur. At fi in gulam et ventriculum fluxio feratur, quae quidem frigida eft, in frigidam intemperiem corpora mutat, quae calida, in calidam. Haec vero etiam exulcerat fpatio, inter initia vero appetentiam et conco-

Ed. Chart. VI. [176. 177.] Ed. Bas. IV. (282. 283.)

ἐὰν μὲν οὖν ψυχρὸν ᾖ τὸ ῥεῦμα, βραδυπεψίας τε καὶ ἀπεψίας καὶ ὀξυρεγμίας ἐργάζεται· ἐὰν δὲ καὶ διεφθαρμένον, εἰς διαφθορὰν ἄγει τὴν τροφὴν, ἤτοι κνισσώδεις, ἢ ὀξώδεις ἐρυγὰς ἀναπέμπουσαν, ἤ τινος ἑτέρας ἀῤῥήτου τε καὶ ῥητῆς ποιότητος. ὑποκαταβαίνουσα δὲ ἡ βλάβη καὶ τὴν νῆστιν ἀδικεῖ καὶ τὸ κῶλον. ἅπτεται δὲ καὶ τῶν κατὰ τὸ μεσεντέριον ἀγγείων, δι᾽ ὧν εἰς ἧπαρ ἡ ἀνάδοσις γίγνεται· καί τισι μὲν ἀνορεξίαι παρακολουθοῦσιν, ἐνίοις δὲ ὀρέξεις παρὰ φύσιν, ἃς ὀνομάζουσι κυνώδεις, ἢ καὶ μοχθηρῶν ἐδεσμάτων ἐπιθυμία, καθάπερ ταῖς κιττώσαις. εὔδηλον δὲ, ὅτι καὶ σταφυλὴ, καὶ παρίσθμια, καὶ παρουλίδες, ἀντιάδες τε καὶ βρώσεις ὀδόντων, ἑλκώσεις τε καὶ σηπεδόνες ἐν τῷ στόματι [177] τοῖς ἐκ τῆς κεφαλῆς εἰς αὐτὰ καταῤῥέουσιν ἰχῶρσιν ἕπονται. καὶ τό γε πολὺ πλῆθος τῶν ἰατρῶν ἢ τὴν γαργαρεῶνα τέμνουσιν, ἢ φάρμακα διδόασιν, ὅπως ἀναπτύηται τὰ διὰ τῆς (283) τραχείας ἀρτηρίας εἰς τὸν πνεύμονα κατενεχθέντα. τῆς γαστρὸς δὲ ἄλλοι προνοοῦνται, καθάπερ ἄλλοι τῶν ὀδόντων τε καὶ τοῦ στόματος, ἢ καὶ

ctionem labefactat. At frigida quidem fluxio tarditatem concoctionis, et cruditatem, et acidos ructus creat; quod si etiam corrupta sit, alimentum quoque in corruptelam vertit, quae vel fumidos, vel acidos, vel alterius cujusquam manifestae aut abditae qualitatis ructus emittat. Si vero inferius se noxa recipiat, et jejunum, et colon affligit. Quin etiam vasa, quae sunt in mesenterio, et per quae fit in jecur cibi distributio, tangit. Ac nonnullos quidem abolitio appetitus excipit, alios appetentiae a natura alienae, quas caninas appellant, aut etiam vitiosi cibi cupiditas, qualis gravidis accidit. Sane non latet, uvam quoque et paristhmia, et parulides, et antiades, et dentium erosiones, et ulcera, et putredines in ore saniem hanc, quae a capite in ipsa decidit, consequi. Ac pleraque medicorum pars aut columellam incidunt, aut medicamenta, quibus id expuatur, quod in pulmonem per asperam arteriam defluxit, exhibent. Alii ventri prospiciunt, alii dentibus et ori, aut etiam iis, quae in nari-

τῶν ἐν τῇ ῥινὶ συνισταμένων· ἵνα τοὺς ὀφθαλμοὺς ἢ τὰ ὦτα παραλίπω, βλαπτομένων οὐκ ὀλίγων εἰς αὐτά. βέλτιον δ' ἦν, οἶμαι, τὴν οἷον πηγὴν τῶν κακῶν ἐκκόψαι, ῥώσαντα τὴν κεφαλὴν, ἢ, εἴπερ ἀδύνατον εἴη τοῦτο διὰ τὴν σφοδρότητα τῆς φυσικῆς δυσκρασίας, προνοεῖσθαι γοῦν αὐτῆς διὰ παντὸς, τὴν ἔνδειξιν τῆς προνοίας ἀπὸ τῆς κατ' αὐτὴν ἰδέας ποιούμενον, οὐχ, ὡς ἔνιοι τῶν ἰατρῶν ἁπάσαις αἰεὶ ταῖς κεφαλαῖς τὰ διὰ θαψίας καὶ νάπυος προσφέρουσιν, οὕτως δὲ καὶ αὐτοὶ πράττοντες· εἰ γὰρ ὑπὸ θερμῆς δυσκρασίας ἡ κεφαλὴ κακὸν ἴσχει, βλαβερὰ τὰ τοιαῦτα φάρμακα. χρὴ τοίνυν αὐτοὺς λουτροῖς πολλοῖς ποτίμων ὑδάτων παρηγορεῖν, διαφοροῦντάς τε ἅμα τοὺς ἐν τῇ κεφαλῇ γενομένους ἀτμοὺς θερμοὺς, καὶ τὴν κρᾶσιν ὅλην ἐργαζομένους βελτίω. βλαβερὰ δὲ τούτοις ἡ τῶν αὐτοφυῶν θερμῶν ὑδάτων χρῆσις. ὅσα μὲν γὰρ αὐτῶν θειώδη τέ ἐστι καὶ ἀσφαλτώδη, τῷ θερμαίνειν ἐναντιώτατα ταῖς φύσει θερμαῖς κεφαλαῖς, ὅσα δὲ στυπτηριώδη, τῷ στεγνοῦν. μόνοις δ'

bus conſiſtere, provident; ut de oculis auribusque taceam, qui ipſi quoque in non paucis laeduntur; quum ſatius (arbitror) eſſet ipſum mali ceu fontem tollere caput ipſum firmando, aut, ſi hoc prae magnitudine naturalis intemperantiae non liceret, ſaltem illi proſpicere, ab ipſa ſcilicet vitii ſpecie providentiae indicatione ſemper accepta, nec committere, ut, quod nonnulli medicorum faciunt, qui omni capiti medicamentum, quod ex thapſia et ſinapi componitur, applicant, id ipſi quoque faciant, quandoquidem, ſi ex calida intemperie caput male habet, talia medicamenta noceant. Expedit igitur hos frequenti balneo potabilis aquae fovere, quo et calidos vapores, qui in capite ſunt, evocemus, et totum capitis temperamentum melius reddamus. Calidarum autem, quae ſponte naſcuntur, noxius his uſus eſt; ſiquidem, quae ex his ſulphuroſae bituminoſaeve ſunt, eae propterea, quod calefaciunt, inimiciſſimae calido naturaliter capiti ſunt, aluminoſae vero, quoniam anguſtos habitus meatus claudunt.

Ed. Chart. VI. [177.] Ed. Baf. IV. (283.)

ἂν, εἴπερ ἄρα, τοῖς γλυκέσι τῶν αὐτοφυῶν ὑδάτων ἀβλαβῶς χρῷντο· τοῦτο γὰρ ἀσφαλὲς εἰπεῖν, ὡς τό γέ τι καὶ ὠφελεῖσθαι παρ᾽ αὐτῶν οὐχ ὁμοίως ἀσφαλές. οὐ γὰρ ἂν ἦν ἴσως θερμὰ, μὴ μετέχοντά τινος δυνάμεως φαρμακώδους θερμῆς. ἄμεινον δὲ τῇ πείρᾳ κρίνειν τὰ τοιαῦτα τῶν ὑδάτων· καὶ γὰρ καὶ σπανίως εὑρίσκεται, παρ᾽ ἡμῖν ἀπὸ σταδίων τῆς πόλεως πολὺ πλειόνων ρ΄, ἐν Προύσῃ δὲ ἐλαττόνων ἢ δέκα. τὸ μὲν οὖν παρ᾽ ἡμῖν ἐν Ἀλλιανοῖς, (οὕτως γὰρ ὀνομάζεται τὸ χωρίον,) ἑνὸς εἴδους ἐστὶν ὅλον, ἐκ μιᾶς πηγῆς ἀνίσχον· ἐν δὲ τῷ τῆς Προύσης ἑτέρου καὶ ἄλλη πηγὴ φαρμακώδους ὕδατος, ὥσπερ παρ᾽ ἡμῖν ἐν Λυκέταις. ὅσοι δὲ σφόδρα θερμὴν καὶ διακαῆ ἔχουσι κεφαλὴν, ἄμεινον αὐτοῖς ὥρᾳ θέρους ἀλείφεσθαι ῥοδίνῳ, χωρὶς στυμμάτων ἐκ μόνων ῥόδων γεγονότι· καὶ τούτου γε αὐτοῦ βέλτιόν ἐστι τὸ καλούμενον ὀμφάκινόν τε καὶ ὠμοτριβὲς ἔλαιον, ἐμβεβλημένων τῶν ῥόδων, καὶ πολύ γε βέλτιον, εἰ καὶ χωρὶς ἁλῶν ἐσκευασμένον εἴη. τινὲς δὲ κεφαλαὶ διὰ τὴν τῶν

Solis autem iis fponte natis citra noxam utantur, (fi tamen ipfis utendum,) quae utique dulces funt; fic enim tuto dixeris, nam quod utile etiam aliquid ex ipfis proveniat, id vero non perinde tuto dixeris, quandoquidem nec calidae fortaffe forent, fi omnis calefacientis medicamentofae virtutis effent expertes. Satius autem fit ejusmodi aquas experientia difcernere; nam etiam rarae inventu funt, apud nos ftadiis ab urbe paulo plus centum, in Prufa minus decem. Ergo quae apud nos eft in Allianis, (ita enim locum appellant,) unius tota rationis eft atque ex uno fonte manans; quae vero in Prufa eft, diverfae. Item diverfus medicamentofae aquae fons, aeque ut apud nos, in Lycetis. Quibus vero caput vehementer calidum aeftuansque eft, iis praeftat aeftatis tempore rofaceo perungi, quod ex rofis tantum ac fine frondibus fit confectum. Atque in hoc ipfo genere illud praeftantius eft, quod ex omphacino, quod et crudum oleum nominatur, injectis rofis componitur; quod longe etiam melius eft, fi falis omnino fit expers. Sunt capita, quae propter arte-

ἀρτηριῶν κρᾶσιν ἐν συμπτώμασι γίγνονται σκοτωματικοῖς τε καὶ κεφαλαλγικοῖς, ἐφ᾽ ὧν καὶ ταῖς ἀρτηριοτομίαις χρώμεθα, τῆς ὑγιεινῆς πραγματείας ἐκπεπτωκυίαις.

Κεφ. ί. Τὰς μὲν συνεχῶς ὀδυνωμένας διὰ τὴν τῶν νεύρων εὐαισθησίαν, ὅσα τῆς κεφαλῆς ἐκφυόμενα τῷ πλείστῳ μὲν ἑαυτῶν μέρει τὸ τῆς γαστρὸς στόμα διαπλέκει, φέρεται δέ τις αὐτῶν μοῖρα καὶ πρὸς τὴν λοιπὴν γαστέρα, τῆς ὑγιεινῆς τέχνης ἔργον ἰάσασθαι, μᾶλλον δ᾽, ὅπως μηδ᾽ ὅλως γίγνηται ταῦτα, παρασκευάζειν, ἀρίστῃ προφυλακῇ προνοουμένων ἡμῶν τὸν χολώδη χυμὸν ἤτοι μηδ᾽ ὅλως συῤῥεῖν εἰς τὴν κοιλίαν, [178] ἢ ὅτι τάχιστα κενοῦσθαι. τοῦ μὲν οὖν μηδ᾽ ὅλως συῤῥεῖν ἡ πρόνοια γίγνεται διὰ τοῦ θᾶττον ἐσθίειν. ὅταν μὲν γὰρ ἡ μὲν ὅλου τοῦ σώματος κρᾶσις ᾖ χολωδεστέρα, τὰ δὲ κατὰ κοιλίαν ἀτονώτερα, στηρίζεσθαι δεῖται διὰ τροφῆς εὐστομάχου. μὴ γενομένου δὲ τούτου, καταῤῥέουσιν ἰχῶρες εἰς αὐτὴν, οὓς ἀθροίζει τὸ σῶμα περιττούς. ἐκ δὲ τῆς τούτων ἀναθυμιάσεως οὐ μόνον αἱ κεφαλαλγίαι γίνονταί τισιν, ἀλλὰ καὶ τὰ τῶν ὑποχεομένων

riarum temperamentum in vertigines et capitis dolores incidunt; in quibus etiam arterias incidere folemus. Sed hoc genus propofitae artis limites egreditur.

Cap. X. Qui tamen ob exquifitiorem nervorum fenfum affidue dolent, qui a capite orti plurima fui parte os ventris texunt, pars etiam ad reliquum ventrem defcendit, his fane mederi propofitae jam artis officium eft; potius tamen confilium eft id agere, quo minus haec ullo modo contingant, cavendo, ne aut biliofus humor in ventrem prorfus confluat, aut quam celerrime inde expellatur. Atque ut ne prorfus quidem confluat, confulueris, fi citius cibum exhibeas. Ubi enim totius corporis biliofius temperamentum eft, venter autem imbecillus, utique cibo, qui ventrem roboret, firmari poftulat. Ubi enim ita profpicitur, defluunt in eum quos corpus fupervacuos congerit ichores. Ex quorum vapore non folum capitis dolores nonnullis oberiuntur, fed etiam fuffuforum

συμπτώματα, καί τισιν αὐτῶν ἐπιληπτικοὶ σπασμοί. τούτοις οὖν ἅπασιν ἡ μὲν ὅλη δίαιτα πρὸς τὸ ψυχρότερον μᾶλλον καὶ ὑγρότερον ὑπαλλαχθήτω, κενούσθω δὲ τὰ συῤῥέοντα δι᾽ ἐμέτων τε καὶ γαστρὸς ὑπαγωγῆς, ῥωννύσθω δ᾽ ὁ στόμαχος ἐδέσμασι μὲν ἑκάστης ἡμέρας, πρὶν ἐκχολωθῆναι, φαρμάκοις δ᾽ ἐκ διαλειμμάτων μακροτέρων, ἀψινθίου] τε κόμης, καὶ διὰ τῆς ἀλόης, ἣν καλοῦσι πικράν. ἐκκαθαίρει γὰρ τοῦτο καὶ τὸ διὰ βάθους χολῶδες ἐν τοῖς χιτῶσι τῆς γαστρὸς, οὐ πάνυ τι τοῦ ἀψινθίου δυναμένου ποιεῖν τοῦτο· ῥυπτικαί τε γὰρ αὐτῷ καὶ στυπτικαὶ δυνάμεις εἰσὶ μόναι, ὥστε τὸ μὲν, ὡς ἂν εἴποι τις, ῥύπον τῶν χιτώνων τῆς γαστρὸς ἀποσπᾷν, οὐ μὴν, εἴ τι κατὰ βάθος αὐτοῦ ἐστιν, ἕλκειν ἔξω τοῦτο καὶ κενοῦν, ὥσπερ ἡ ἀλόη. τὰ δ᾽ ἔξωθεν τοῦ σώματος χρίσματα τῆς γαστρὸς ἐπὶ ταύτῃ ἔστω μετρίως στύφοντα. μήλινον δέ ἐστι, καὶ μαστίχινον, καὶ νάρδινον, καὶ τὰ τοιαῦτα· θέρους μὲν τὸ μήλινον μᾶλλον, ἐν χειμῶνι δὲ ἡ νάρδος, ἦρος δὲ τὸ μαστίχινον· ἐν τῷ μέσῳ γάρ τοῦτό ἐστι μηλίνου τε καὶ ναρδίνου μύρου,

fymptomata, aliquibus vero et comitialis convulfio. Horum itaque omnium univerfa victus ratio ad frigidius potius humidiusque mutanda eft. Quod autem in ventrem confluit, id vomitione ac ventris folutione expellendum eft. Stomachus vero cibis quidem quotidie, priusquam bilem contrahat, firmandus; purgetur vero medicamentis ex majore intervallo, abfinthii coma et compofitione ex aloë, quam picram vocant; quippe haec, quod altius in tunicas biliofi ventris fe receperit, expurgat, abfinthio parum id praeftare valente. Eft enim abfinthio facultas tantum detergendi adftringendique, ac talis, quae (ut fic dicam) fordes tunicarum ventris detergeat, non, fi quid altius in eo imbibitum eft, foras extrahat atque expellat, ficut aloë. Quae autem poft hanc ventri extrinfecus admoventur unctiones, eae modice adftringentes funto, ut melinum, maftichinum, et nardinum, et alia id genus. Ac aeftate quidem potius melinum; hyeme nardinum; vere maftichinum; nam id medium eft inter melinum et

θερμαίνοντος μὲν τοῦ ναρδίνου, καὶ μάλισθ᾽ ὅταν ἀμώμου πλέον ἔχῃ, ψύχοντος δὲ τοῦ μηλίνου. ταῖς δὲ πλουσίαις γυναιξὶν ὑπάρχει νάρδου κρεῖττον χρίσμα, φουλιάτον τε καὶ τὰ καλούμενα σπικάτα, θερμαίνοντα καὶ ῥωννύντα τὴν γαστέρα. ἐὰν δὲ μὴ μόνον ἡ κεφαλὴ θερμοὺς ἰχῶρας ἐπιπέμπῃ τοῖς κατὰ γαστέρα χωρίοις, ἀλλὰ καὶ αὐτὴν τύχῃ θερμὴν δυσκρασίαν ἔχειν, τοῖς ἐμψύχουσιν ἐδέσμασί τε καὶ πόμασιν ἀεὶ χρῆσθαι προσήκει, τὸ μᾶλλόν τε καὶ ἧττον ἐν αὐτοῖς ὑπαλλάττοντα κατὰ τὰς ὥρας τοῦ ἔτους, οὐ πρὸς τοὐναντίον ἀφικνουμένους, ὥσπερ ἐπὶ τῶν εὐκράτων ἐργαζόμεθα, χειμῶνος μὲν θερμαίνοντες, θέρους δὲ ψύχοντες. ὡσαύτως δὲ, εἰ καὶ ἀμφότερα τὰ μόρια τὴν ψυχρὰν ἔχει δυσκρασίαν, ἀεὶ μὲν χρῆσθαι τοῖς θερμοῖς ἐδέσμασί τε καὶ πόμασι καὶ χρίσμασιν, ὑπαλλάττειν δὲ αὐτὰ κατὰ τὴν ὥραν, ἐπιτείνοντας καὶ ἀνιέντας. χαλεπὴ δὲ γίνεται μίξις, ὅταν ἤτοι γε εἰς θερμὴν γαστέρα καταῤῥέωσιν ἐκ τῆς κεφαλῆς οἱ ψυχροὶ καὶ φλεγματώδεις ἰχῶρες, εἰς τὴν ψυχρὰν

unguentum nardinum; hoc enim calefacit, potiffimum quum amomum liberalius immixtum habet, illud refrigerat. Eft autem opulentis mulieribus et quod praeftantius nardino unguentum fit, nempe foliatum, praeterea quae fpicata vocant, quae ventrem et roborare poffunt, et calefacere. Si vero non modo caput calidam faniem ventris partibus transmittit, fed etiam venter ipfe calidam intemperiem habet, utique qui frigefaciant, tum cibo tum potu femper uti conveniet, atque eam qualitatem in his pro temporum anni ratione intendere varie ac remittere, nusquam tamen ad contrariam pervenire; id quod in iis, qui medii temperamenti erant, fecimus, hyeme calefacientes, aeftate refrigerantes. Ad eundem modum, fi utraque pars frigida intemperie fit affecta, femper calefacientibus tum cibis, tum potione, tum unctione utendum eft; varie tamen ea pro temporum ratione intendenda remittendaque funt. Porro difficilis connexio eft, quoties vel in calidum ventrem frigida et pituitofa fanies ex capite

δὲ οἱ θερμοί· καὶ τούτων γ᾽ ἀμφοτέρων ἐπειράθην ἀεὶ δυσμεταχειριστοτέρας οὔσης τῆς ἑτέρας, καθ᾽ ἣν εἰς θερμὴν κοιλίαν οἱ φλεγματώδεις τε καὶ ψυχροὶ καταφέρονται χυμοί. χειρίστη δὲ, ὅταν οὕτως ἔχῃ κατασκευῆς τε καὶ φύσεως ὁ ἄνθρωπος, ὡς μήτ᾽ εὔλυτον ἔχειν γαστέρα, μήτ᾽ ἐμεῖν ἑτοίμως. διαφθείρονται γὰρ οἱ φλεγματώδεις χυμοὶ, κατὰ τὴν γαστέρα χρονίζοντες, ὡς δάκνειν ταύτην, ἀναπέμπειν τε πρὸς τὴν κεφαλὴν ἀτμοὺς ἔστιν ὅτε μοχθηρούς. ὡς ἐάν γε φλεγματώδεις χυμοὶ ἐκ τῆς κεφαλῆς εἰς ψυχρὰν φύσει γαστέρα καταῤῥέωσι, ῥᾷστα τοῖς τοιούτοις βοήθεια γίγνεται, λαμβάνουσιν ἕωθεν τοῦ διὰ τριῶν πεπέρεων ἁπλοῦ φαρμάκου. καὶ πέπερι δὲ μόνον ἀκριβῶς λεῖον ὕδατι μίξαντα πίνειν ἐγχωρεῖ· κάλλιον δ᾽ ἐστὶ καὶ εὐστομαχώτερον εἰς αὐτὰ τὸ λευκόν. [179] ἀψινθίου δὲ πόσις ἐναντιωτάτη τοῖς οὕτω διακειμένοις· ἐμπλάττει γὰρ αὐτῶν τῇ γαστρὶ τὸν φλεγματώδη χυμὸν, ὡς ἂν οὐκ ἔχον ἀξιόλογον ἐν ἑαυτῷ δύναμιν ῥυπτικήν. οὐ μὴν οὐδ᾽ ἀλόη τούτους ὀνίνησιν, ἑλκτικὴν δύναμιν ἔχουσα χολώ-

defluit; vel in frigidum calida. Atque harum duarum alteram femper expertus fum magis ad curandum rebellem, nempe in qua frigidi pituitofique fucci in calidum decidunt ventrem. Peffimus vero is flatus eft, quum homo ea compofitione naturaque eft, ut nec ventrem facile folubilem habeat, nec vomere ex facili poffit. Corrumpuntur enim pituitofi humores, fi diu fint in ventre morati, adeo ut et ipfum erodant, et fimul vitiofos interim halitus ad caput fubmittant. Nam fi pituitofus fuccus a capite in frigidum natura ventrem decurrat, facile his fuccurritur, fi mane aliquid fimplicis medicamenti fumpferint, quod diatrioupepereon dicitur. Sed et piper folum ad exactum contritum laevorem aquae mixtum bibere his licet; ad quem ufum melius ftomachoque aptius album piper eft. Porro abfinthii potio his eft adverfiffima, ut quae pituitofum fuccum ipforum ventri affigat, quum detergendi vim non habeat, quae adeo fit aeftimanda. Sed nec aloë valde his conducit, quum ei biliofi trahendi humoris fa-

δους χυμοῦ. καὶ διὰ τοῦτ' ἐπενοήθη καλῶς ἡ καλουμένη πικρὰ, τῇ τῶν μιγνυμένων δριμύτητι καὶ θερμότητι τέμνουσα καὶ ῥύπτουσα τοὺς παχεῖς καὶ γλίσχρους χυμοὺς, ὁποῖόν ἐστι τὸ κιννάμωμον. ἀλλ' οὐχ οἷόν τε τοιούτῳ φαρμάκῳ χρῆσθαι συνεχῶς, ὥσπερ τῷ διὰ τριῶν πεπέρεων, ἢ τῷ διὰ τῆς καλαμίνθης. εἰ γὰρ καὶ καθ' ἑκάστην ἡμέραν χρῷτο τούτοις ὁ τὴν ψυχρὰν ἔχων γαστέρα, βλάβης οὐδεμιᾶς πειραθήσεται. τοὐπίπαν μὲν οὖν εἰς ρ' δραχμὰς τῆς ἀλόης ἓξ ἑκάστου τῶν ἄλλων μίγνυται, ὄντων καὶ αὐτῶν ἕξ. καὶ αὕτη γ' ἐστὶν, ἣν (284) ἅπαντες ἐν Ῥώμῃ σκευάζουσι πικράν. ἐγὼ δὲ καὶ δύο ἄλλας συντίθημι, κατὰ μὲν τὴν ἑτέραν αὐτῶν πλέονα μιγνὺς τὰ θερμαίνοντα, κατὰ δὲ τὴν ἑτέραν ἐλάττονα. πλέονα μὲν οὖν τἄλλα ἐμβληθήσεται, τῆς ἀλόης μόνης ἀφελόντων ἡμῶν τοῦ πλήθους, ὡς εἰς π' ἀλόης δραχμὰς ἐμβάλλεσθαι τῶν ἄλλων ἑκάστου τὰς ἕξ· ἐλάττονα δὲ, τῆς ἀλόης τὸ πλῆθος αὐξησάντων κ' δραχμαῖς, ὡς εἰς ρ' καὶ κ' τῆς ἀλόης ἑκάστου τῶν ἄλλων ἐμβάλλειν ἕξ. εὔδηλον δὲ, ὅτι κινναμώμου τις ἀπορῶν ἐμβάλλει κασίας τῆς

cultas fit; eoque excogitata falubriter eft compofitio, quam picram vocant, quae acrimonia caloreque eorum, quae in fe habet, craffos et lentos fuccos incidit ac deterget, cujus generis cinnamomum eft. Verum affidue uti hoc medicamento non licet, ficut diatrionpepereon, aut diacalaminthes; quibus etiam fi quotidie utatur, qui frigidum habet ventrem, nihil incommodi ex his fentiet. In totum ergo ad aloës drachmas centum reliquorum cujusque conjiciuntur drachmae fex, quae ipfa quoque fex funt. Atque haec eft picra, quam Romae omnes praeparant. Ego vero etiam alias duas compono, atque in altera eorum, quae calefaciunt, plus, in altera minus conjicio. Ac plus quidem reliquorum immifcebimus, fi de aloës folius pondere detrahemus, fic ut in illius drachmas octuaginta reliquorum cujusque addamus fex; minus vero, quum aloës modum augebimus, viginti drachmis adjectis, fic ut centum viginti ejus drachmis caeterorum cujusque adjiciamus fex. Minime vero latet et quod in penuria

ἀρίστης τὸ διπλάσιον, ἔνιοι γὰρ εἰς τοσοῦτον ἥκουσι τῆς κασίας τῆς ἀρετῆς, ὡς μηδὲν ἀποδεῖν ἀτόνου κινναμώμου, τοῦ γὰρ εὐτόνου καὶ ἡ τοιαύτη κασία πολλῷ λείπεται. ἀλλ᾽ ὥσπερ, ὅταν ἀπορῶμεν ἄρτου καλοῦ, τὸν φαυλότατον ἐσθίομεν, οὕτω καὶ κασίας τῇ καλλίστῃ χρησόμεθα κατὰ τὴν ἀπορίαν τοῦ κινναμώμου. ἐφ᾽ ὧν μὲν οὖν σωμάτων ἡ γαστήρ ἐστι ψυχρὰ, ἤτοι γ᾽ εὔκρατος μὲν, ἀλλ᾽ ἐπὶ τὸ ψυχρότερον ῥέπουσα, ἐπιτήδειόν ἐστι τὸ Διοσπολιτικὸν καλούμενον φάρμακον, ὃ καὶ αὐτὸ διττῶς εἴωθα συντιθέναι, τοῖς μὲν ἐπεχομένοις τὴν γαστέρα, νίτρου τοῦ Βερενικαρίου καλουμένου μιγνὺς ἴσον τῷ τε κυμίνῳ καὶ τῷ πηγάνῳ καὶ τῷ πεπέρει, τοῖς δ᾽ εὔλυτον ἔχουσιν ἥμισυ. συμπεφώνηται γὰρ, ὑπὸ τούτου τοῦ φαρμάκου λεπτύνεσθαι μὲν τὸ φλέγμα, καὶ φυσώδη πνεύματα ἐκκενοῦσθαι. χαλεπὴ δ᾽ ἐστὶ καὶ δυσμεταχείριστος ἡ ἐπιπλοκὴ τῆς δυσκράτου κατὰ θερμότητα γαστρὸς τῇ ψυχρᾷ κεφαλῇ. τὸ μὲν γὰρ φλέγμα τὸ καταῤῥέον εἰς τὴν γαστέρα χρήζει τοῦ διὰ τῶν τριῶν πεπέρεών τε καὶ καλαμίνθης, ὥσπερ γε καὶ τοῦ προειρημέ-

cinnamomi ponendum pro eo fit optimae cafiae duplum, quam alias ea effe virtute nonnulli putant, ut nihil ab invalido cinnamomo abfit; nam a generofo etiam talis cáfia longe fuperatur. Verum ficuti in boni panis inopia vel viliffimo vefcimur, fic in cinnamomi penuria exquifitiffima utemur cafia. Ac in quibus quidem venter aut frigidus eft, aut etiam temperatus, caeterum ad frigus propenfior, iis aptum medicamentum eft, quod Diofpoliticon vocant. Quod ipfum quoque dupliciter componere confuevi, iis, qui alvo funt adftricta, nitro, quod Berenicarium vocant, cum cumino, ruta et pipere pari pondere admixto, pro iis, qui foluta funt, dimidio. Convenit namque inter omnes, ab hoc medicamento et pituitam extenuari, et fpiritum flatulentum expelli. Gravis autem nec facile tractabilis complexio eft ventris, qui intemperanter calidus fit, cum frigido capite; quae enim in ventrem defluit pituita, diatrionpepereon ac diacalaminthes eget, etiam cujus modo mentionem fecimus Dios-

του Διοσπολιτικοῦ, τὸ δὲ στόμα τῆς γαστρὸς ὑπὸ τῶν ἐκπυρούντων βλάπτεται. τέμνειν οὖν τῶν οὕτω διακειμένων καὶ ἀποῤῥύπτειν τὸ φλέγμα πειρᾶσθαι χρὴ διὰ τῶν μὴ θερμαινόντων, ὁποῖόν ἐστι καὶ ὀξύμελι. χαλεπὴ δὲ καὶ δυσδιάθετός ἐστιν ἐπιπλοκὴ καὶ ἡ τῶν τοιούτων κατασκευῶν τοῦ σώματος, ἐν αἷς ἄτονον μέν ἐστι καὶ ναυτιῶδες τὸ στόμα τῆς κοιλίας, ὃ δὴ καὶ στόμαχον ὀνομάζουσιν, ἴσχεται δὲ ἡ γαστήρ. ὅσα γὰρ αὐτὴν προτρέπει, πάντα εὐθέως ἀνατρέπει τὸν στόμαχον, ὡς ἐπιπολάζειν τε αὐτοῦ τὰ σιτία καὶ ναυτίαν ἐργάζεσθαι πολλάκις· οἷς ἐξ ἀνάγκης ἕπεται τὸ μὴ πέττεσθαι καλῶς τὴν τροφήν. ἐὰν δὲ πάλιν εὐστόμαχα διδῷς αὐτοῖς ἐδέσματα, καὶ τρίτης καὶ τετάρτης ἡμέρας ἡ γαστὴρ ἐπέχεται. τοῖς τοιούτοις οὖν ἓν εἶδος εὗρον διαίτης ἁρμόττειν, ἐν ἀρχῇ προσφερομένοις λάχανά τε δι᾿ ἐλαίου καὶ γάρου, καὶ τἄλλα, ὅσα μαλάττειν εἴωθε τὴν γαστέρα, μετὰ δὲ τὴν αὐτάρκη τροφὴν ἐπιλαμβάνουσί τι τῶν τονούντων τὸν στόμαχον. ἔστι δὲ δὴ μῆλόν τε καὶ

politici, os autem ventris ab iis, quae calorem accendunt, offenditur. Ergo in iis, qui ita funt affecti, id agendum, ut pituitam incidās detergeasque iis, quae haudquaquam calefaciunt, quod genus oxymeli effe novimus. Jam lubrica atque ad curationem difficilis connexio eft, ubi tales partium affectus coierint, in quibus os ventris (quem ftomachum vocant) imbecillum eft ac naufeabundum, venter autem ipfe retinetur. Quippe quae hunc proritant, ftomachum omnia fubvertunt ita, ut in fummo ejus cibi natent, et naufeam fubinde excitent. His neceffario contingit, ut cibum parum belle concoquant. Quod fi contra illis ea, quae ftomachum firmant, exhibueris, etiam in tertium quartumque diem ipfis venter fiftitur. Hujuscemodi igitur hominibus unicam victus rationem convenire animadverti, nempe ut primo loco olera cum oleo et garo, aliaque, quae ventrem mollire folent, fumerent, poft juftum autem cibi modum aliquod eorum, quae ftomachum roborent, acciperent. Ea funt mala coto-

ἄπιον καὶ ῥοιά· ἔνια γάρ ἐστι τοιαῦτα γένη, χωρὶς ὀξύτητος στύφοντα. [180] αὐτὸς δὲ ὁ ἄνθρωπος, ἁπάντων αὐτῷ ἐν μέρει πειραθέντων, ὅπερ ἂν ἀβλαβέστατόν τε καὶ ἥδιστον εὑρίσκῃ, τούτῳ χρήσθω. μὴ πάνυ δὲ τούτων ἑκάστου λαμβάνειν, ἀλλ᾽ ὅσον, ὡς ἔφην, ἰάσασθαι τὴν ἀτονίαν τοῦ στομάχου· τῆς γὰρ τοιαύτης αὐτῶν χρήσεως ἐπειράθην, εὔλυτον ἐργαζομένης τὴν κοιλίαν. καὶ μᾶλλόν γε τοὐπίπαν οἱ οὕτω διακείμενοι διαχωροῦσιν, ἐπιφαγόντες τι τῶν στυφόντων, ἢ εἰ μηδ᾽ ὅλως ἐχρήσαντο. τονωθὲν γὰρ αὐτῶν τὸ στόμα τῆς κοιλίας ὠθεῖ κάτω τά τ᾽ ἐπιπολάζοντα καὶ σὺν αὐτοῖς τὰ καθ᾽ ὅλην τὴν ἄνω γαστέρα, καὶ τήν γε φορὰν τῶν σιτίων ὑποδεχόμενα τὰ ἔντερα διαφυλάττει, προωθοῦντα καὶ αὐτὰ τὸ περιγινόμενον ἐκ τῶν ὑπερκειμένων εἰς αὐτά. φαίνεται γάρ ἡ προωστική τε καὶ ἀποκριτικὴ δύναμις, κἂν ἐκ τῶν κατὰ τὴν ἕδραν χωρίων ὁρμήσῃ τι πρὸς τὴν ἄνω φορὰν, ἄχρι πλείστου διαφυλάττουσα, καίτοι παρὰ φύσιν οὔσης ἐν ζώῳ τῆς τοιαύτης ὁδοῦ. ὅτι δὲ

nea et pira et punica. Quippe aliqua funt horum generum, quae citra acorem adftringant. Ipfe autem, qui affligitur, omnibus feorfum ufu exploratis, quod minime noxium jucundiffimumque invenerit, eo utitor. Non multum autem de horum fingulis eft fumendum, fed quantum (ut dixi) imbecillitatem ftomachi reficiat; nam ejusmodi horum ufum ventrem folvere experientia comperi. Atque in totum magis, qui ita funt affecti, dejiciunt, fi quid adftringens poft cibum fumpferint, quam fi eo prorfus caruerint, propterea quod os ventris jam roboratum et trudit deorfum, quae in fummo natant, et cum his una quae in toto fuperiore funt ventre; ac ciborum quoque copiam inteftina quoque excipientia fervant, ipfa quoque impellentia, quae a fuperioribus acceperunt. Videtur enim ipfa tum impellendi tum expellendi vis, etiamfi a fede ipfa aliquid furfum impulerit, ipfum motum longiffime tueri, quamvis praeter naturam fit ejusmodi in animalis corpore tranfitus. Caeterum ita fe habere, quod dico, in-

ἀληθές ἐστιν ὃ λέγω, πάρεστι μαθεῖν ἑκάστῳ, τῶν πολλάκις ἡμῖν συμβαινόντων ἀναμνησθέντι. δακνώδης γ' οὖν ἐνίοτε χυμὸς, εἰς τὰ κατὰ τὴν ἕδραν χωρία παραγενόμενος, ἐρεθίζει μὲν ἡμᾶς ἐπὶ τὴν ἔκκρισιν αὐτοῦ· κατασχεῖν δὲ αὐτὸν ἀναγκασθέντες, ἐπειδὰν ἐν πολιτικαῖς ὦμεν πράξεσιν, ἀπαλλαγέντες αὐτῶν, οὐκέτ' ἀποκρίνομεν, αἰσθανόμεθά τε πολλάκις ἐκ τούτου τῆς κεφαλῆς ὀδυνηρᾶς γινομένης, ἀνατροπῆς γινομένης. εὐλόγως οὖν, εἰ καὶ τοῖς ὑπακτικοῖς σιτίοις ἐπιπολευομένου στομάχου, τὰ στύφοντα ληφθέντα, τόνον ἐποιήσαντο τοῖς ἄνω μέρεσι τῆς γαστρὸς, ἀρχὴν τῆς κάτω φορᾶς ἐργάζεται τοῖς ἐν αὐτῷ περιεχομένοις, ἣν διαδεχόμενα τὰ ἔντερα μέχρι τοῦ κάτω πέρατος εἴωθε φυλάττειν.

Κεφ. ια'. Αὐτάρκως οὖν εἰρημένων τούτων, ὥρα μεταβαίνειν ἐπ' ἄλλην κατασκευὴν ἀνώμαλον, οὐδεμιᾶς τῶν πρόσθεν ἀπολειπομένην τῇ κακίᾳ, καθ' ἣν οἱ μὲν νεφροὶ λίθους, ἢ πώρους, ἢ ὅπως οὖν ὀνομάζειν ἐθέλεις, γεννῶσιν, ἡ δὲ τοῦ σώματος ἅπαντος φύσις ἰσχνὴ τετύχηκεν οὖσα. χρήζουσι μὲν γὰρ οὗτοι φαρμάκων καὶ διαιτημάτων λεπτυ-

telligere licet unicuique, ſi, quod ſaepe nobis accidit, in memoriam revocet. Nam mordax interim humor in locum aliquem ſedi vicinum receptus ad expulſionem ſui nos irritat: quem tamen cohibere propter civilia negotia coacti, nec ab his expediti eum expellimus, et facta converſione ejus, caput inde dolere ſaepenumero ſentimus. Merito igitur, tametſi lubricantes cibi fluctuent in ſtomacho, auſtera ſumpta, ubi ſuperioribus ventris partibus robur addiderint, principium deorſum ferendi iis, quae in eo continentur, ſuppeditant. Id ferendi principium inteſtina tum excipere, tum ad imum usque exitum ſervare ſolent.

Cap. XI. Atque quum ſatis de his hactenus ſit dictum, ad aliam inaequalem conſtitutionem tranſire par eſt, quae nulli dictarum in malitia cedit, utique in qua renes calculum gignunt, aut tophos, aut quomodocunque aliter vocare volueris, totus vero corporis habitus gracilis eſt. Hi namque medicamenta et victum, quae extenua-

νόντων, ἐναντιώτατα δ᾽ ἐστὶ ταῦτα τοῖς ἰσχνοῖς σώμασιν. ὥστε τις τῶν χρωμένων αὐτοῖς διὰ τοὺς νεφροὺς, δυσκινήτων τε καὶ δυσαισθήτων καὶ ὥσπερ ψοφούντων τι καπνηστὸν, ὡς αὐτὸς ὠνόμαζεν, αἰσθανόμενος τῶν δακτύλων, ἐκοινώσατο μὲν τὰ πρῶτα τοῖς κατὰ τὴν Καμπανίαν ἰατροῖς, ἔνθα διέτριβεν, οἱ δὲ, ὡς κατισχομένου αὐτοῦ ἐπὶ διαθέσει παράλυσιν ἀπειλούσῃ, τοῖς δι᾽ εὐφορβίου καὶ λιμνήσεως, ἣν ἀδάρκην τε καὶ ἄδαρκον ὀνομάζουσιν, ἐχρῶντο φαρμάκοις. ὡς δὲ πολὺ χείρων ἡ διάθεσις ἐγένετο, καὶ προανέβαινεν ἀεὶ τὰ συμπτώματα τοῖς ὑπερκειμένοις μέρεσι μετὰ τοῦ σφόδρα ὀδυνᾶσθαι, κατά τινα τύχην ἐπιδημήσαντί μοι τὴν Καμπανίαν δηλώσας ὁ κάμνων τὰ συμβάντα παρεκάλει βοηθεῖν. ἐγὼ δὲ, ὅτι μὲν ἐκ τῶν φαρμάκων ὧν εἶπεν ὑποξηρανθεὶς εἰς τοιαύτην ἧκε διάθεσιν, συνῆκα, ζητῶν δὲ, τίνα ἄν τις αὐτῷ δίαιταν εὕροι, καθ᾽ ἣν ἄνευ τοῦ βλάπτεσθαι τοὺς νεφροὺς ἰάσεται τῆς ξηρότητος, πτισάνης τε χυλὸν ἐπενόησα, καὶ τῶν ἰχθύων τοὺς πετραίους τε καὶ πελαγίους, ὅσοι τ᾽ ἄλλοι μηδὲν ἔχουσι γλίσχρον. οὕτω δὲ

re poffint, requirunt. At ea gracili corpori funt inimiciffima, adeo ut quidam, qui propter renum vitium ufus his fuerat, ubi digitos deterius moveri fentireque percepit, et, ut ipfe loquutus eft, veluti cavum quiddam fonantes, communicaverit rem medicis primum in Campania, ubi ipfe agebat. Hi, tanquam eo affectu laboraret, qui paralyfin minaretur, medicamentis, quae ex euphorbio et lymnefi, quam etiam adarcen vel adarcum vocant, utebantur. Ut autem affectus ei in deterius ceffit, et fymptomata cum vehementi dolore ad fuperiores partes femper afcenderunt, mihi, qui id temporis in Campania forte eram, rem indicavit opemque rogavit. Ego vero eum ex iis medicamentis, quae memoravit, ficcatum in hunc affectum veniffe intellexi; quaerentique, qua maxime victus ratione ficcitati fuae citra renum noxam mederi quis poffet, ptifanae cremorem excogitavi, et pifces tum faxatiles, tum qui in alto mari degunt, aliosque, in quibus nihil effet glutinofum. Simili modo et ex volatilibus

καὶ τῶν πτηνῶν ζώων ὅσα παραπλήσιον ἔχει τὴν σάρκα. [181] *πολλὰ δέ ἐστι τῶν ὀρείων ὀνομαζομένων ὀρνίθων τοιαῦτα ταῖς κράσεσιν· ὅσα γὰρ ἐν ταῖς πόλεσι κατακλείσαντες ὑγραῖς καὶ πολλαῖς τροφαῖς πιαίνουσιν οἱ τὰ τοιαῦτα καπηλεύοντες, ἐναντιώτατα τούτοις ἐστί. ἀρίστη δὲ σὰρξ εἰς τὰς τοιαύτας διαθέσεις ἐστὶν, ὡς τῶν ὀρνίθων περδίκων, ἐπ᾽ αὐτοῖς δὲ τῶν ἀτταγήνων, καὶ ψάρων, καὶ κοττύφων, καὶ κιχλῶν. ἐὰν δὲ ἀπορῶμεν ὀρείων ὀρνίθων, ἐκ τῶν ἐν τοῖς ἀγροῖς τρεφομένων καὶ τῶν κατὰ τοὺς πύργους περιστερῶν νομάδων λαμβάνειν προσήκει, καθάπερ γε καὶ τῶν ἐν τοῖς πύργοις νεοττευόντων στρουθίων, οὓς ὀνομάζουσι πυργίτας· ἔστωσαν δὲ ἐν ὑψηλοῖς χωρίοις οἱ τοιοῦτοι τῶν πύργων· οὕτω γὰρ καὶ ταῖς ἀλεκτορίσι καὶ τοῖς ἀλεκτρυόσι τοῖς κατὰ τὰς ἐπαύλεις τρεφομένοις ἔνεστι χρῆσθαι. γάλακτος δὲ τοῦ μὲν τῶν ἄλλων ζώων εἴργειν τοὺς οὕτω διακειμένους, μόνῳ δ᾽ ἐπιτρέπειν χρῆσθαι τῷ τῶν ὄνων, ἐπειδὴ λεπτομερέστερόν ἐστι τοῦτο τῶν ἄλλων. καὶ συνελόντι φάναι, μεταξὺ τῆς τε λεπτυνούσης διαίτης καὶ τῆς παχυνούσης εἶναι χρή. τὴν δὲ τούτοις ἁρμόττουσαν*

quaecunque fimilem carnem habent. Porro multae ex montanis vocatis volucribus tali funt temperamento; quas namque in urbibus conclufas caupones humido ac copiofo nutrimento impinguant, adverfiffimae his funt. Optima, vero iis, qui ita funt affecti, caro eft, ut ex avibus perdicum; proxima attagenarum, et fturnorum, merularum et turdorum. Quod fi montanarum avium copia non eft, de iis, quae in agro victitant, et gregalibus columbis, qui in turribus nidificant, fumere licebit; itemque pafferculos, qui fimiliter in turribus nidificant, quos pyrgitas vocant; funto autem in editis locis ejusmodi turres. Ita namque et gallis, et gallinis, qui in villis aluntur, uti licet. Lac vero fic affectis reliquorum quidem animalium eft prohibendum, unum vero afininum concedendum, propterea quod caeteris omnibus eft tenuius. Ac ut uno verbo dicam, mediam effe convenit inter extenuantem impinguantemque victus eorum rationem. Particularem vero

Ed. Chart. VI. [181.] Ed. Baf. IV. (284. 285.)

τὴν κατὰ μέρος ὕλην ἐν τοῖς περὶ τῶν τροφῆς δυνάμεων ὑπομνήμασιν ἔγραψα, καὶ προσέτι ἐν τῷ περὶ τῆς εὐχυμίας τε καὶ κακοχυμίας. διὸ καὶ μηκύνειν ἐν τῷ παρόντι περιττὸν, ἀρκεῖ γὰρ τοῦτο μόνον εἰπεῖν, ὡς καὶ τῆς τοῦ ὅλου σώματος ἀναθρέψεως ἐπὶ τῶν τοιούτων προνοεῖσθαι χρὴ δι᾽ ἧς ἔμπροσθεν (285) εἶπον ἀγωγῆς, ἡνίκα ἐμνημόνευσα τοῦ πάντα μᾶλλον ὑπομένοντος παθεῖν, ἢ πιττώσασθαι. παχέος δὲ ὄντος τοῦ λιθιῶντος ἀνθρώπου, θαῤῥῶν ἂν προσφέροιτο τῇ λεπτυνούσῃ διαίτῃ. τὰ δ᾽ αὐτὰ νόμιζε καὶ περὶ τῶν ἀρθριτικῶν προϊέναι. πίνοντες γὰρ κἀκεῖνοι τὰς ἀρθριτικάς τε καὶ ποδαγρικὰς ἀντιδόσεις, οἱ μὲν εὔσαρκοι καὶ παχεῖς καὶ πιμελώδεις οὐδὲν βλάπτονται, λεπτοὶ δὲ ὑπάρχοντες, ὅλον τε τὸ σῶμα ξηραίνοντες, καὶ πόδας αὐτοὺς ἐνίοτε καὶ τὰς χεῖρας, εἰ πρότερον ἐπεπόνθεισαν, εἰς χαλεπωτάτην ἄγουσι διάθεσιν. εἰδέναι μέντοι χρὴ, τὰς ποδαγρικὰς ταύτας ἀντιδότους πολλῷ τῶν νεφριτικῶν διαλλάττειν, οὐ μόνον τῷ λεπτύνειν τοὺς παχεῖς καὶ γλίσχρους χυμοὺς,

quae his conveniat materiam tum in iis libris fcripfimus, qui funt de alimentorum facultatibus, tum in eo, in quo de euchymia et cacochymia praecepimus. Itaque fupervacuum eft hoc loco pluribus morari, quum id tantum dixiffe fit fatis, de toto horum corpore nutriendo curam habendam per eam quam fupra comprehendi victus rationem, ubi de eo fermonem feci, qui quidvis potius fufferre voluit, quam pice illini. At fi obefus fit, quem calculus infeftat, audacter huic tenuem victum injungito. Eadem vero exiftima et de iis, qui articulorum vitiis laborant. Quippe ipfi quoque, medicamentis arthriticis podagricisque ebibitis, fi carnofi et craffi et pingues funt, nullum fentiunt incommodum; fin graciles, non modo totum corpus, fed etiam pedes ipfos, interdum vero et manus, fi hae quoque prius male habebant, in graviffimum ftatum ficcando perducunt. Scire tamen licet, podagricas has antidotos multum a nephriticis diftare, non in eo modo, quod craffos glutinofosque fuccos attenuent, ve-

ἀλλὰ καὶ τῷ θερμαίνειν τε καὶ ξηραίνειν· ἐπὶ γάρ τοι τῶν νεφριτικῶν οὐδὲ τὴν ἀρχὴν ὅσα θερμήνειε σφοδρῶς διδόναι χρή. λέλεκται δὲ τελέως δηλονότι περὶ τῶν τοιούτων ἁπάντων ἐν τῇ τῆς θεραπευτικῆς μεθόδου πραγματείᾳ, κἀν ταῖς περὶ τῶν φαρμάκων, διτταῖς οὔσαις καὶ ταύταις, προτέρας μὲν τῇ τάξει τῆς τῶν ἁπλῶν, δευτέρας δὲ τῆς τῶν συνθέτων, οὔτε μηδ᾽ ὅλως, οὔτ᾽ ἐπὶ πλέον μεμνῆσθαι προσήκει, διὰ τὸ καὶ τὰ τοιαῦτα σώματα μεταξὺ τῶν τε ἀκριβῶς ὑγιαινόντων καὶ τῶν ἤδη νοσούντων εἶναι· τὸ γάρ τοι προφυλακτικὸν ὀνομαζόμενον μέρος τῆς ἰατρικῆς τῶν οὕτω διακειμένων προνοεῖται σωμάτων. οὐδένα γοῦν τῶν ἄμεμπτον ἐχόντων τὴν τοῦ σώματος ἕξιν οὔτ᾽ ἀξιοῦμεν φάρμακα πίνειν, οὔτε λεπτυνούσῃ διαίτῃ χρῆσθαι· τοὺς δὲ διὰ φυσικὴν ἀσθένειαν ἤτοι τοῦ σώματος ἅπαντος ἢ μορίων τινῶν ἑτοίμως βλαπτομένους εἰς τὴν προφυλακτικὴν ὀνομαζομένην ἀγωγὴν ἀξιοῦμεν ἕλκεσθαι, τῆς ὑπόπτου διαίτης ἀφισταμένους, ὑφ᾽ ἧς οὐδὲν ὁρῶμεν βλαπτομένους, ὅσοι

rum etiam quod calefaciant et siccent; nam calculosis, quae in principio valde calefaciant, dare nullo modo convenit. Quoniam vero dictum abunde de talibus omnibus est in opere de medendi ratione, ac in libris de medicamentis, (qui et ipsi duplices sunt; qui priores ordine sunt, de medicamentis simplicibus; qui posteriores, de compositis;) profecto nec omnino nihil, nec prolixius meminisse de his conveniebat, propterea quod ejusmodi corpora inter ea, quae exactam sanitatem habent et quae jam aegrotant, medium statum obtinent: siquidem ea pars artis, quae prophylactice dicitur, affectis ad hunc modum corporibus consulit. Nemini ex iis, qui corporis habitum inculpatum habent, aut medicamenta bibenda, aut attenuante victu utendum censemus. Sed qui pro naturali imbecillitate aut corporis totius aut partium quarundam ex levi causa laeduntur, hos ad dictam prophylactices partis victum traducendos censemus, atque a suspecto submovendos, quem tamen nemini esse noxium videmus

Ed. Chart. VI. [181. 182.] Ed. Baf. IV. (285.)

καλῶς κατεσκευασμένοι τὰ σώματα φύσει διαπονεῖν οὐκ ὀκνοῦσι τὰ μέτρια.

Κεφ. ιβ'. [182] Τοῖς μέντοι ῥᾳδίως πάσχουσιν, ὡς καὶ τοῖς μεγάλοις νοσήμασιν ἐμπίπτειν συνεχῶς, οἷον τοῖς ἐπιληπτικοῖς τε καὶ σκοτωματικοῖς καὶ κεφαλαλγικοῖς, ἔτι τε τοῖς ἄλλοις, ἐφ' ὧν ἡ κεφαλὴ τοῖς ὑποκειμένοις μορίοις αἰτία γίγνεται τῶν συμπτωμάτων, ἐν οἷς εἰσιν ὀδόντες, οὖλά τε καὶ κίων, καὶ συλλήβδην εἰπεῖν ἅπαντα τὰ κατὰ τὸ στόμα καὶ τὸν φάρυγγα μόρια, καὶ πρὸς αὐτοῖς ὦτα, καὶ ὀφθαλμοὶ, καὶ στόμαχος, καὶ κοιλία, καὶ τὰ πνευματικὰ μόρια, λάρυγξ, καὶ τραχεῖα ἀρτηρία, καὶ πνεύμων, καὶ θώραξ, ὁ σκοπὸς τῶν διαιτημάτων κοινὸς, αὐτὴν μὲν καὶ πρώτην καὶ μάλιστα τὴν κεφαλὴν ἐργάζεσθαι δυσπαθῆ, μετὰ ταῦτα δὲ καὶ τῶν βλαπτομένων μορίων προνοεῖσθαι, γινώσκοντας, ὡς καὶ τοῦτ' αὐτὸ πάλιν ἑτέρου δεῖται διορισμοῦ, λέγω δὲ τοῦ μὴ πάντα ῥωννύναι τὰ βλαπτόμενα μόρια. ἄριστος δὲ διορισμὸς ὁ εἰς τὴν χρείαν αὐτῶν ἀναγόμενος. ὀφθαλμῶν μὲν γὰρ καὶ ὤτων ἡ χρεία μεγάλη, καὶ διὰ

eorum, qui naturali corporis bono funt habitu, et modice laborare non gravantur.

Cap. XII. Verum qui ex levi caufa male afficiuntur, ut magnis morbis affidue vexentur, veluti comitiali vertigine, capitis doloribus, item aliis, in quibus caput fubjectis partibus fymptomatum occafio eft, quarum funt dentes, gingivae, columella, uno verbo omnes quae in ore et faucibus funt partes, ad haec aures, et oculi, et ftomachus, et venter, et fpirandi partes, nempe larynx, et afpera arteria, et pulmo, et thorax, his victus communis fcopus eft, caput ipfum ante omnia et quam accuratiffime minus opportunum ad vitia reddere, mox etiam affectis partibus profpicere, modo tamen non ignoretur, hoc ipfum quoque alia diftinctione egere, utique hac, non omnes quae laefae funt partes effe roborandas. Optima vero diftinctio eft, quae ex ufu earum petitur; quippe oculorum et aurium permagnus eft ufus, ac id-

τοῦτο προσήκει τῶν ἐκ τῆς κεφαλῆς περιττωμάτων εἰς αὐτὰ φερομένων τὴν ὑφ᾽ Ἱπποκράτους ὀνομαζομένην παροχέτευσιν ἐργάζεσθαι, μάλιστα μὲν ἐπὶ ῥῖνα περισπῶντα τὸ φερόμενον ἐπ᾽ αὐτὰ ταύτης δ᾽ οὐχ ὑπακουούσης, εἰς τὸ στόμα διὰ τῶν ἀποφλεγματιζόντων φαρμάκων, ὥσπερ γε καὶ ἐπὶ τὴν ῥῖνα διὰ τῶν πταρμοὺς κινούντων, ὅσα τε πρὸς τὰς ἐμφράξεις αὐτῶν ἁρμόττει. ὀφθαλμοὺς δὲ τονώσεις τῷ διὰ τοῦ Φρυγίου λίθου χρώμενος ξηρῷ κολλυρίῳ, τοῖς βλεφάροις ἐπάγων τὴν μήλην χωρὶς τοῦ προσάπτεσθαι τοῦ κατὰ τὸν ὀφθαλμὸν ἔνδον ὑμένος. οὕτως γοῦν πράττουσιν ὁσημέραι καὶ αἱ στιμμιζόμεναι γυναῖκες. εἰς δὲ τὴν τῶν ὤτων ῥώμην ἀπόχρη μὲν καὶ τὸ γλαύκιον μόνον, ἀποτριβόμενον ἐπ᾽ ἀκόνης σὺν ὄξει, κἄπειτα διὰ μήλης ἐκχεόμενον ἀτρέμα χλιαρὸν, ἢ διὰ τούτου δὴ τοῦ συνήθους ὀργάνου, καλουμένου δὲ ὑπὸ πάντων ὠτεγχύτου· κἀπειδὰν ἤδη σοι δοκῇ τονοῦσθαι καλῶς, ὡς μηδὲν ἐπιῤῥεῖν αὐτοῖς, συνεχῶς ἐνστάζειν τι ναρδίνου μύρου τοῦ ἀρίστου, πρότερον μὲν ἐν Λαοδικείᾳ μόνῃ τῆς Ἀσίας σκευαζομένου καλλίστου, νυνὶ δὲ

circo decumbentibus in has a capite excrementis, quae ab Hippocrate derivatio dicitur, molienda eſt, ac ad naſum potiſſimum trahenda, quae in has partes feruntur; ſin ad naſum non ſequuntur, in os ipſum, utique per ea, quae pituitam eliciunt, ſicuti ad naſum tum per ea, quae per ſternutamenta movent, tum quae ejus obſtructiones aperiunt. Oculis vero ipſis robur adjicies, ſi ſicco collyrio, quod ex Phrygio lapide componitur, utare, ac ſic palpebris ſpecillo inducas, ne oculi membranam intus contingas: ita namque mulieres quotidie faciunt, quum ſtibio oculis gratiam conciliant. Ad aurium vero robur ſufficit vel glaucium ſolum ſuper cote tritum cum aceto, mox tepidum per ſpecillum blande infuſum, aut etiam per inſtrumentum illud, quod publice in uſu eſt, et dictos clyſteres auriculares; ubi vero ſatis firmatae ſunt, ita ut nihil in has confluat, aſſidue inſtillandum optimi nardini unguenti aliquid: id olim duntaxat Laodiceae in Aſia praeſtantiſſimum fiebat, nunc vero et in aliis fit urbibus.

καὶ κατ᾽ ἄλλας πόλεις. ἔτι δὲ μᾶλλον τὸ διὰ γλαυκίου καλούμενον κολλύριον ὀνήσει τε καὶ ῥώσει τὰ ὦτα, καὶ τὸ διὰ ῥόδων, καὶ τὸ κροκῶδες, καὶ τὸ νάρδινον, καὶ τὸ δι᾽ οἴνου, καὶ τῶν μύρων τὰ ἐν Ῥώμῃ σκευαζόμενα ταῖς πλουσίαις γυναιξὶν, ἃ φουλίατά τε καὶ σπικάτα προσαγορεύουσιν. εἰ δὲ πολὺ συνεχῶς ἐπὶ τὰ ὦτα φέροιτο τὸ ἀπὸ τῆς κεφαλῆς ῥεῦμα, καὶ πύον καὶ ἕλκωσις ἤδη γεγονυῖα τύχοι, τὴν μὲν ἕλκωσιν διά τε τοῦ Ἀνδρωνίου φαρμάκου καὶ τῶν ὁμοίων ἐκθεραπευτέον, ἐν δὲ τῷ ταῦτα πράττειν ἀντισπαστέον ἐπὶ ῥῖνά τε καὶ στόμα, καὶ μετὰ ταῦτα τοῖς εἰρημένοις χρηστέον.

Κεφ. ιγ'. Ὥσπερ δὲ ὑπὸ τῶν ἐκ τῆς κεφαλῆς καταῤῥεόντων βλάπτεται πολλάκις πολλὰ τῶν ὑποκειμένων, οὕτως καὶ δι᾽ ἧπαρ ἢ νεφροὺς ἢ σπλῆνα νόσοι συμβαίνουσιν ἑτέροις [183] μορίοις ἀσθενεστέροις αὐτῶν. ἐδείχθη γὰρ ἐν τοῖς τῶν φυσικῶν δυνάμεων ὑπομνήμασιν ἕκαστον μόριον ἑλκτικὴν τῶν οἰκείων αὐτοῦ χυμῶν ἔχον δύναμιν,

Robur autem auribus vel magis afferet iisdemque proficiet collyrium, quod diaglaucium propterea, quod glaucium recipit, vocant; praeterea diarhodon, et crocodes, et nardinum, et quod ex vino dicitur; praeterea ex unguentis ea, quae Romae opulentis mulieribus conficiuntur, quae foliata et spicata vocant. Quod si larga fluxio et sanies assidue in aures a capite feratur, et exulceratio jam facta sit, sane exulcerationi Andronis medicamento et similibus medeberis. Inter autem id agendum avertere *materiam* ad nasum et os debebis, quo facto jam comprehensis uteris.

Cap. XIII. Quemadmodum autem ex iis, quae a capite defluunt, nonnunquam laeduntur aliqua eorum, quae illi subjecta sunt, sic ex jecinore et renibus vel liene in alias partes, quae ipsis sunt imbecilliores, morbi incidunt. Siquidem demonstratum in iis commentariis est, qui sunt de naturalibus facultatibus inscripti, singulas partes trahendi facultatem habere proprii sibi ac convenien-

οὓς τ' ἀλλοιοῦσά τε κἀξομοιοῦσα εἰς τὴν τροφὴν καταχρῆται, καί τινι πάλιν ἑτέρᾳ δυνάμει τὸ περιττὸν ἀποκρίνειν ἐφιέμενον εἴς τι τῶν πλησίον. ἂν μὲν οὖν αὐτὸ τὸ πεπονθὸς εὔρωστον ἔχῃ τὴν ἕξιν τοῦ σώματος, οὐ δέχεται τὸ πεμπόμενον, ὥστ' ἐν τῷ πρώτῳ παθόντι μόνον ἐκείνῳ τῷ μορίῳ συνεχῶς πάσχοντα τὸν ἄνθρωπον ἀπέδειξεν· ἐὰν δ' ἀσθενέστερον ᾖ κατά τι τοῦ πέμποντος, ἐδέξατο μὲν, αὖθις δὲ ὠθεῖ πρός τι καὶ αὐτὸ τῶν ἀσθενεστέρων, κἀκεῖνο πάλιν εἰς ἄλλο, μέχρις ἂν εἴς τι τῶν οὐδὲν ἐχόντων ἀσθενέστερον ἑαυτῶν κατασκήψῃ τὸ περιττόν. κατὰ τοῦτον μὲν οὖν τὸν λόγον ἄλλῳ μέρει συνεχῶς ἐνοχλεῖται τῶν ἀμελῶς διαιτωμένων· τοῖς δὲ μηδὲν ἀθροίζουσιν περιττὸν ἀβλαβὲς ἀεὶ μένει τὸ ἀσθενές. ἀπόδειξις δὲ τούτου σαφεστάτη τὸ δι' ἓξ μηνῶν ἢ πλεόνων ἐνίους ἐνοχλεῖσθαι τοῖς ἀσθενέσι μορίοις. εἰ γὰρ αὕτη μόνη ἦν ἀσθένεια, τὴν βλάβην διὰ παντὸς ἂν ἔπασχε τὸ ἄῤῥωστον μόριον, ὡς ἄν γε διαπαντὸς ἔχον ἐν αὐτῷ ἐνυπάρχουσαν τὴν τοῦ πάσχειν αἰτίαν.

tis fucci, quem alterantes affimilantesque eo utuntur ad nutrimentum; rurfus aliam facultatem habere, qua, quod fupervacuum eft, expellere in vicinum defiderent. Ac fi quidem ipfa quae affecta pars eft corporis habitum firmum habeat, quod fibi obtruditur, utique non admittit, facitque, ut in ipfa folum, quae primum affecta pars eft, dolor usque fubfiftat. Sin imbecillior fit, quam illa, unde excrementum mittitur, admittit illa quidem, caeterum ipfa quoque ad imbecilliorem quampiam a fe rurfus transmittit, atque haec rurfus ad aliam, donec in eam procumbat, qua imbecillior nulla fit reliqua. Atque ad hunc quidem modum, quorum nulla victus fui cura eft, alius alia parte affidue vexatur. Qui nihil colligunt fupervacui, iis manent imbecillae partes femper in tuto. Cujus rei evidentiffimum argumentum eft, quod aliqui fex menfibus pluribusve infirmis partibus laborant; fi enim fola imbecillitas in ipfa id efficeret, perpetuo laboraret infirma pars, ceu cui aegrotationis caufa nunquam abeffet.

Ed. Chart. VI. [185.] Ed. Baf. IV. (285.)

ἐπεὶ τοίνυν οὐ πάσχει διὰ παντὸς, εὔδηλόν ἐστι, καὶ ἄλλο τι προσέρχεσθαι τὸ συμπληροῦν τοῦ παθήματος αὐτοῦ τὴν γένεσιν, ὅπερ οὐδὲν ἕτερόν ἐστι τοῦ περιττεύοντος ἢ κατὰ τὸ πλῆθος, ἢ κατὰ ποιότητα. καὶ τοῦτό γε αὐτὸ τὸ περιττεῦον ἢ καθ᾽ ὅλον ἀθροίζεται τὸ σῶμα, καὶ καλοῦσι πληθώραν τὴν τοιαύτην διάθεσιν, ἢ ἔν τινι τῶν κυρίων μὲν, ἀσθενῶν δὲ φύσει μορίων, ὅπερ ἤτοι γε ἐν αὐτῷ μένον, ἢ πρός τι τῶν ἀσθενεστέρων φύσει μορίων ἀποχωροῦν τὴν βλάβην ἐργάζεται. σκεπτέον οὖν ἐστι καὶ διοριστέον αὐτὸ τοῦτο πρῶτον, εἴτε δι᾽ ἑαυτοῦ συνεχῶς νοσεῖ τὸ μόριον, εἴτε δι᾽ ἄλλο τι πρότερον αὐτοῦ πάσχον. ἐνίοτε μὲν οὖν ἔξωθεν ἡ βλάβη τοῖς ἀσθενέσι γίνεται μορίοις, ἤτοι ψυχθεῖσιν, ἢ θλασθεῖσιν, ἢ πληγεῖσιν, ἢ κοπωθεῖσιν, ὡς τὰ πολλὰ δὲ ἐπὶ τοῖς διαιτήμασι πλῆθος ἢ κακοχυμίαν ἀθροίζουσι. προσέχειν οὖν χρὴ τῷ μεγέθει τῆς φυσικῆς ἀσθενείας τοῦ μορίου, διορισμῷ χρώμενον τοιῷδε. λεπτότερον χρὴ διαιτῆσαι τὸν ἄνθρωπον, ἢ πρόσθεν, ἅμα τῷ δηλονότι καὶ τὰ προσήκοντα γυμνάσια γυμνάζεσθαι,

Nunc quoniam perpetuo non laborat, manifeftum eft, aliud quippiam intervenire, quod ejus affectus gignendi fit occafio. Quod certe aliud non eft, quam quod vel quantitate, vel qualitate redundat. Atque hoc ipfum, quod redundat, aut per totum colligitur corpus, vocantque ejusmodi affectum plethoram, aut in parte aliqua principe, fed quae alioqui natura fit imbecillior. Id vero aut in ipfa manens, aut fe in imbecilliorem quampiam natura recipiens noxam ingerit. Illud ergo ante omnia confiderandum definiendumque eft, an a fe ipfa perpetuo pars laboret, an propter aliam, prius ipfa affectam. Atque extrinfecus quidem nonnunquam imbecillae parti noxa incidit ex eo, quod refrigerata, aut contufa, aut vulnerata, aut laffata eft; plurimum tamen ex victus ratione, quae redundantiam vitiofumve fuccum contrahit. Attendere itaque magnitudini naturalis infirmitatis membri conveniet, hac prius diftinctione ufum; ac tenuiorem quidem homini victum quam prius exhibere; tum idoneam exer-

φυλάττεσθαι δὲ καὶ τὴν ἀπὸ τῶν ἔξωθεν αἰτίων βλάβην· εἶτ᾽, ἐὰν μὲν ἐπὶ τούτοις μήτ᾽ ἰσχνὸς γίγνηται, μήτε διοχλῆται τὸ ἄῤῥωστον αὐτοῦ (286) μόριον, ἐπιμένειν τοῖς διαιτήμασιν, ἐὰν δ᾽ ἤτοι λεπτύνηται πᾶσι τοῖς μέρεσιν, ἢ καί τι πάσχῃ τὸ φαύλως κατεσκευασμένον, ὑπαλλάττειν τὴν τοιαύτην δίαιταν· ἐὰν μὲν πάσχῃ, δυοῖν θάτερον ἐργαζομένους, ἢ τὴν δίαιταν ἐπὶ τὸ λεπτότερον ἄγοντας, ἢ κενώσεσιν ἀραιαῖς χρωμένους. ἐνίοις μὲν οὖν ἦρος εἰσβάλλοντος αὐτάρκης κένωσις μία καθ᾽ ἕκαστον ἔτος γιγνομένη, τισὶ δ᾽ ἐπὶ τῇδε καὶ δευτέρας φθινοπωρινῆς γίνεται χρεία. πλῆθος μὲν οὖν ἀθροίζοντος τοῦ σώματος, αἵματος ἀφαιρέσει κενοῦν, κακοχυμίαν δὲ διὰ καθαίροντος φαρμάκου τὸν ἐπικρατοῦντα χυμόν. ἐὰν δὲ ἐπὶ τῇ προσηκούσῃ διαίτῃ μηδὲν πάσχῃ τὸ μόριον, ἰσχναίνηται δὲ τὸ σῶμα, τῇ πιττώσει χρηστέον, ὡς ἔμπροσθεν εἴπομεν, εἰς ἀνάθρεψιν ἕξεως λεπτυνούσης.

Κεφ. ιδ'. [184] Μοχθηροτάτη δὲ σώματός ἐστι καὶ ἡ τοιάδε. σπέρμα πολὺ καὶ θερμὸν ἔνιοι γεννῶσιν, ἐπεί-

citationem injungere, cavere vero, ne quid ab externis caufis noxae incidat. Poftea, fi ab his nec ipfe gracilis fiat, nec imbecilla ejus pars affligatur, infiftendum eidem victus rationi eft. Sin autem aut omnibus partibus fiat gracilis, aut aliquo afficiatur, quod conftitutionis fit vitiofae, mutare talem victus rationem debebis, utique, fi afficiatur, duorum alterum faciens, aut victum hominis in tenuiorem mutans, aut certo anni tempore purgatione utens. Ac aliis quidem una quotannis purgatio vere incipiente fatisfacit, aliis altera quoque poft hanc autumno eft opus. Ac fi fanguinis quidem abundantiam corpus congeffit, mittendus is eft; fin vitiofum fuccum, vacuandus hic medicamento eft, quod fuperantem humorem purget. Quod fi ex tenui victu pars afflicta levetur, fed corpus emácietur, picatione utendum, ficut antea eft comprehenfum, ad extenuati habitus refectionem.

Cap. XIV. Sane peffimus corporis *ftatus* eft et ille. Sunt enim qui genitale femen, copiofum ca-

γει γὰρ αὐτοὺς εἰς ἀπόκρισιν, οὗ μετὰ τὴν ἔκκρισιν ἔκλυτοί τε γίγνονται τῷ στόματι τῆς κοιλίας, ὃ καὶ αὐτὸ καλεῖται στόμαχος, οὐ μόνον ὑπὸ τῶν ἰατρῶν, ἀλλὰ καὶ ὑπὸ τῶν ἄλλων ἀνθρώπων, ὥσπερ ὑπὸ τῶν παλαιῶν ἐκαλεῖτο καρδία, καὶ τῷ σώματι δὲ παντὶ καταλύονταί τε καὶ ἀσθενεῖς γίγνονται, καὶ ξηροὶ, καὶ λεπτοὶ, καὶ ὠχροὶ, καὶ κοιλοφθαλμιῶντες οἱ οὕτω διακείμενοι. εἰ δὲ ἐκ τοῦ ταῦτα πάσχειν ἐπὶ ταῖς συνουσίαις ἀπέχοιντο μίξεως ἀφροδισίων, δύσφοροι μὲν τὴν κεφαλὴν, δύσφοροι δὲ καὶ τῷ στομάχῳ, καὶ ἀσώδεις. οὐδὲν δὲ μέγα διὰ τῆς ἐγκρατείας ὠφελοῦνται· συμβαίνει γὰρ αὐτοῖς ἐξονειρώττουσι παραπλησίας γίνεσθαι βλάβας, ἃς ἔπασχον ἐπὶ ταῖς συνουσίαις. ὥς δέ τις ἐξ αὐτῶν ἔφη μοι, δακνώδους τε καὶ θερμοῦ πάνυ τοῦ σπέρματος αἰσθάνεσθαι κατὰ τὴν ἀπόκρισιν, οὐ μόνον ἑαυτὸν, ἀλλὰ καὶ τὰς γυναῖκας, αἷς ἂν ὁμιλήσῃ. τούτῳ τοίνυν ἐγὼ συνεβούλευσα, βρωμάτων μὲν ἀπέχεσθαι τῶν γεννητικῶν σπέρματος, προσφέρεσθαι δὲ οὐ βρώματα μόνον, ἀλλὰ καὶ φάρμακα τὰ τούτου σβεστικά· λέλεκται δὲ αὐτῶν ἡ ὕλη κατὰ τὰ

lidumque gignunt, quod eos ad expulfionem fui proritat, poft quam et ventris os illis refolvitur, quod et ftomachus non a medicis modo, fed etiam aliis hominibus vocatur, quemadmodum a veteribus cor dicebatur, et qui fic affecti funt, ipfi toto corpore non folum diffolvuntur imbecillique fiunt, fed etiam ficci, graciles, pallidi, cavisque oculis cernuntur. Quod fi propterea, quod ex coitu fic vexantur, abftineant a venereo concubitu, non modo capitis moleftiam, fed etiam ftomachi offenfionem faftidiique fentiunt. Sed nec ex continentia magnopere juvantur; accidunt enim ipfis ab infomniis venereorum non minora incommoda iis, quae a concubitu fenferunt. Horum quum quidam mordax praecalidumque femen inter emittendum fentire non folum fe, fed etiam mulieres, cum quibus rem haberet, referret, fuafi homini, ut abftineret a cibis, qui femen genitale augerent, fumeret etiam non cibos modo, verum etiam medicamenta, quae id extinguerent; quorum tradita nobis materia eft in iis libris,

περὶ τροφῶν καὶ τὰ τῶν ἁπλῶν φαρμάκων ὑπομνήματα· γυμνάζεσθαι δὲ γυμνάσια τὰ διὰ τῶν ἄνω μορίων μᾶλλον, ὁποῖόν ἐστι τό τε διὰ τῆς σμικρᾶς σφαίρας, καὶ τὸ διὰ τῆς μεγάλης, καὶ τὸ διὰ τῶν ἁλτήρων· μετὰ δὲ τὸ λουτρὸν ὅλην τὴν ὀσφὺν ἀλείφεσθαι τῶν ψυχόντων τινὶ χρισμάτων. ἔστι δὲ τὰ τοιαῦτα τό τε καλούμενον ὠμοτριβὲς καὶ ὀμφάκινον ἔλαιον, ῥόδινόν τε καὶ μήλινον ἐκ τοιούτου γεγονὸς ἐλαίου. συνέθηκα δ᾽ αὐτὸς ἐνίοις καὶ παχύτερα τῇ συστάσει χρίσματα πρὸς τὸ μὴ ῥᾳδίως ἀποῤῥεῖν. ἡ δὲ σύνθεσις αὐτῶν ἐστι διά τε κηροῦ καί τινος ἄλλου τῶν ψυχόντων γιγνομένη. τὸ πρῶτον δὲ, τὸ καλούμενον ὑπὸ τῶν ἰατρῶν κηρέλαιον, ποιήσας, εἶτ᾽ ἐν θυίᾳ μαλάξας ταῖς χερσὶν ἱκανῶς ἐπίχει τὸν ψύχοντα χυλὸν ἐπὶ πλεῖστον, ὡς ἑνωθῆναι. τὴν δ᾽ ὕλην τῶν τοιούτων χυλῶν ἐν τῇ τῶν ἁπλῶν φαρμάκων πραγματείᾳ γεγραμμένην ἔχετε. προχειρότατοι δὲ αὐτῶν εἰσι καὶ ῥᾷστοι πορισθῆναι οἵ τε τῶν ἀειζώων καὶ τοῦ στρύχνου, κοτυληδόνος τε καὶ ψυλλίου, καὶ πολυγόνου, καὶ τριβόλου, καὶ ἀνδράχνης· οὐκ ἀνίησι δὲ αὕτη

quos de alimentis, itemque quos de fimplicibus medicamentis confcripfimus; tum vero exercitationibus uteretur, quae fupernas partes potius exercerent, cujusmodi eft, quae parva pila, et quae magna pila fit, et quae per halteres, a balneo vero lumbos totos ungeret unctione quapiam frigida. Talia funt et crudum oleum, et omphacinum, et rofaceum, et melinum, utique quod ex ejusmodi fit oleo. Ipfe vero craffioris fubftantiae unctiones nonnullis compono, ne facile a corpore defluant. Eft autem compofitio earum ex cera et aliquo eorum, quae refrigerent. Primum autem ubi quod a medicis ceratum dicitur feceris, dein in mortario manibus affatim fubegeris, infundes refrigerantem fuccum, quem etiam quam maxime cum cera fic permifcebis, ut uniantur. Succorum vero id genus defcriptam materiam habes in fimplicium medicamentorum libris. Quorum obvii maxime facillimeque parabiles funt et fempervivi, et folani, et umbilici veneris, et pfyllii, et polygoni, et tribuli, et portulacae; haec

Ed. Chart. VI. [184.] Ed. Baf. IV. (286.)

χυλὸν, ἐὰν μὴ κοπτομένης ἐν ὅλμῳ παρεγχέηταί τις ἄλλου ὑγροῦ, καὶ λεπτοῦ, καὶ ὑδατώδους τῆς συστάσεως, μὴ γλίσχρου καὶ παχέος, ὥσπερ ὁ τῆς ὄμφακός τε καὶ τῶν ῥόδων. ἀλλ' οὗτοι μὲν ἐν τῷ θέρει, τῶν δ' ἄλλων πολλοὶ καὶ κατὰ τὰς ἄλλας ὥρας εἰσὶν, ὥσπερ ὁ τῆς θριδακίνης, τῶν ψυχόντων καὶ αὐτὸς ὑπάρχων. ἀλλὰ καὶ τὸ λινόσπερμον ἑψόμενον ἐν ὕδατι ψύχοντα χυλὸν ἐργάζεται. γυμναστῶν δέ τινα τῶν ἀθληταῖς ἐπιστατούντων ἐθεασάμην μολυβδίνην λεπίδα ταῖς ψόαις ὑποβάλλοντα τοῦ ἀθλητοῦ πρὸς τὸ μὴ ἐξονειρώττειν αὐτὸν, καί τινι τῶν οὕτω πασχόντων ἰδιωτῶν ἐδήλωσα, καὶ χάριν ἔγνω τῇ χρήσει τοῦ δηλωθέντος. ἕτερος δέ τις, ἀσθενεστέραν ἔχων τὴν φύσιν τῆς σαρκὸς, οὐκ ἠνέσχετο τῆς τοῦ μολύβδου σκληρότητος, ᾧ συνεβούλευσα, τῶν εἰρημένων ἄρτι βοτανῶν ὑποστρώννυσθαί τινας, ἀναμιγνύναι δὲ αὐταῖς καὶ ἄγνου κλῶνας ἁπαλοὺς καὶ πηγάνου, ᾔσθετό τε παραχρῆμα τῆς ἐξ αὐτῶν ὠφελείας, ὡς χρῆσθαι τοῦ λοιποῦ διαπαντός. ἀλλὰ καὶ συνεχῶς ἐσθίειν τὸ σπέρμα τοῦ ἄγνου συμβουλεύσαντός μου, καὶ τούτου χά-

vero fuccum non remittit, nifi, dum in mortario tunditur, affufum fit humoris quippiam, qui tenuis aquofaeque, non lentae et craffae fubftantiae fit, qualis uvae immaturae eft et rofarum. Verum hi aeftate, reliquorum non pauci etiam aliis temporibus habentur, veluti lactucae, qui ipfe quoque ex refrigerantibus eft. Quin etiam fi lini femen in aqua coquas, refrigerantem cremorem efficit. Porro gymnaftarum quempiam vidimus ex iis, qui athletis praefuerant, qui athletae cujusdam renibus plumbi laminam fuperpofuit, quo nocturnis veneris imaginibus careret. Idque quum e plebe cuidam, qui fic effet affectus, indicarem, adjutus gratias egit. Alter vero, cui carnis natura imbecillior erat, non tulit plumbi duritiem; huic ergo fuafi earum quas fupra dixi herbarum aliquas fubfternere, ac cum ipfis molles amerinae frondes et rutae, fenfitque illico ex his fructum; itaque ufus deinceps affidue eft. Quin, ubi amerinae femine affidue vefci fuafi,

ριν ᾔδει ἐμοὶ, καθάπερ καὶ τοῦ πηγάνου. [185] τῶν μὲν οὖν τοιούτων ἡ ὕλη κατά τε τὰ τῶν ἁπλῶν φαρμάκων ὑπομνήματα καὶ ἐν τῷ περὶ τῶν τροφῶν δυνάμεως εἴρηται. νυνὶ δ᾽ ἀναγκαῖον εἶναί μοι δοκεῖ προσθεῖναι τῷ λόγῳ, φυλάττεσθαι τὰ σφοδρῶς ψύχοντα, καθάπερ ὅσα διὰ μήκωνός τε καὶ μανδραγόρου γίνεται χρίσματα. μήτε γὰρ τούτων τι προσφέρειν, μήτε, ὅταν ἀκμάζῃ τὰ φυτὰ, καθάπερ τοῖς προειρημένοις, οὕτω καὶ τούτοις ἔστιν ὑποστρώμασι χρῆσθαι· αἱ γὰρ σφοδραὶ ψύξεις τῶν ἐπιτιθεμένων τοῖς κατὰ τὴν ὀσφὺν χωρίοις ἀδικοῦσι τοὺς νεφρούς. καὶ ῥόδων ἠξίωσά τινα πειραθῆναι, καὶ ὠνήσατο δὲ οὗτος ὑποστρωννὺς αὐτὰ χωρὶς τοῦ βλαβῆναί τι κατὰ τοὺς νεφρούς. ἐπενόησα δέ τι καὶ ἄλλο τοῖς οὕτω διακειμένοις χρήσιμον, ὡς ἐκ τῆς πείρας ἐμαρτυρήθην. ταύτην γὰρ ἀεὶ κριτήριον ἔχειν τῶν ἐπινοηθέντων, καὶ μηδὲν γράφειν ὡς χρήσιμον, ὅτε τις αὐτοῦ οὐκ ἐπειράθη, πλὴν εἰ παραγράφοιτο τοῦτο αὐτὸ, πεπειρᾶσθαι μηδέπω. τί οὖν ἐστιν, ὃ ἔφην ἐπινοήσαντός

etiam ob id gratias egit, ficuti etiam pro ruta. Ac talium quidem materia tum in opere de fimplicibus medicamentis, tum in libris de alimentorum facultatibus tradita eft. Nunc illud vifum eft fermoni neceffario adjiciendum, cavendas effe unctiones frigidas, quaecunque ex papavere mandragorave fiunt. Neque enim horum quippiam admovendum, neque, quum in fummo vigore confiftunt herbae, quemadmodum praedictis, ita etiam iftis fubftratis eft utendum, vehementes enim refrigerationes, quae fiunt ab iis, quae lumborum regionibus imponuntur, renes ipfos laedunt. Quin rofas experiri cuidam fuafi, fenfitque ex his fubftratis levamen citra ullam renum noxam. Sed et aliud excogitavi iis, qui ita funt affecti, non infalubre, veluti ex ipfo ufu comperi. Quippe experientia normae vice femper habenda eorum eft, quae excogitaveris, nec fcribendum pro utili quicquam eft, quod non fis expertus, nifi tamen hoc ipfum tefteris non effe tibi adhuc expertum. Quid ergo eft, quod a me ex-

μου μεγάλης ὠφελείας; φράσω. παραφυλάττειν ἔφην χρῆναι τοὺς τοιαύτῃ κατασκευῇ σώματος ἐνοχλουμένους, ἡνίκα μάλιστα φαίνονται πλῆθος ἠθροικέναι σπέρματος ἀποκρίσεως δεόμενον, ἐν ἡμέρᾳ τινὶ διαιτηθέντας εὐχύμῳ τε καὶ μετρίως, χρῆσθαι μὲν ἐπὶ τῷ δείπνῳ, τρεπομένους εἰς ὕπνον, τῇ συνουσίᾳ· κατὰ δὲ τὴν ἑξῆς ἡμέραν, ὅταν αὐτάρκως ἔχωσιν ὕπνου, διαναστάντας ἀνατρίψασθαι σινδόνι, μέχρις ἂν ἐρευθός τι σχῇ τὸ δέρμα· κἄπειτά τινι δι' ἐλαίου τρίψει συμμέτρως χρησαμένους, εἶτα μὴ πολὺ διαλιπόντας, ἄρτον εὔζυμον, κλιβανίτην, καθαρὸν, ἐξ οἴνου κεκραμένου προσενεγκαμένους, οὕτως ἐπὶ τὰς συνήθεις ἔρχεσθαι πράξεις· ἐν τῷ μεταξὺ τῆς τε δι' ἐλαίου τρίψεως καὶ τῆς δι' ἄρτου προσφορᾶς, εἰ χωρίον ἔχει τι πλησίον, ἐμπεριπατῆσαι τούτῳ, πλὴν εἰ κρύος εἴη χειμέριον, ἄμεινον γὰρ ἔνδον μένειν τηνικαῦτα. ταύτην μέντοι τὴν διὰ τῆς ἐδωδῆς ῥῶσιν τοῦ στομάχου καὶ γραμματικῷ τινι συνεχῶς ἁλισκομένῳ σπασμοῖς ἐπιληπτικοῖς συνεβούλευσα, καὶ μεγάλως ὤνητο. μάλιστα δὲ αὐτὸν ὠφελῆσαι ἤλπισα, πυθόμενος παρ' αὐτοῦ, τὸ τῶν

cogitatum magnae esse utilitatis sum praefatus? Dicam. Obfervare dixi oportere eos, qui hoc corporis vitio urgentur, quando maxime genitalis feminis abundantiam, quod excerni poftulet, collegerint, ac die quopiam, poftquam boni fucci cibis in coena fe modice impleverint, ad fomnum converfos concumbere; poftero die, quum fatis dormierint ac furrexerint, linteo fricari, quoad rubor per cutim appareat; mox aliqua ex oleo frictione modice uti; tum exiguo interpofito tempore panis aliquid bene fermentati et in clibano cocti ac puri ex vino mixto guftare, atque ita ad opus confuetum redire; medio tamen tempore frictionis ex oleo et exhibitionis ipfius panis, fi quis locus in vicino fit, in eo ambulare, excepto fi hybernum frigus fit, tum enim intus manere fatius duco. Non diffimilem roborandi per cibum ftomachi rationem et grammatico cuidam, qui epileptica convulfione affidue corripiebatur, fuafi, ac mirifice contulit. Maxime vero in fiduciam veni hominis juvandi, ubi ab ipfo didici, tum

σπασμῶν σύμπτωμα τότε περιπίπτειν, ὅταν ἐπὶ πλεῖον ἄσιτος διαμείνῃ, καὶ μᾶλλον ἐπανιέντων μεταξὺ λύπης ἢ θυμοῦ. καὶ μέντοι καὶ τὴν ἕξιν αὐτοῦ τοῦ σώματος ἰσχνὴν ἑώρων, ἐρωτώμενός τε συνεχῶς ἐκχολοῦσθαι τὸν στόμαχον ὡμολόγει. κοινὴν δέ τινα συμβουλὴν ἅπασι τοῖς ταῦτα ἀναγνωσομένοις, ἰδιώταις μὲν τῆς ἰατρικῆς, οὐκ ἀγυμνάστοις δὲ τὸν λογισμὸν, ὑποτίθεμαι τοιῶσδε· μὴ, καθάπερ οἱ πολλοὶ τῶν ἀνθρώπων ὡς ἄλογα ζῶα διαιτῶνται, καὶ αὐτοὺς οὕτως ἔχειν, ἀλλὰ καὶ διὰ τῆς πείρας κρίνειν, τίνα μὲν αὐτοὺς ἐδέσματά τε καὶ πόματα βλάπτει, τίνες δὲ καὶ πόσαι κινήσεις· ὁμοίως δὲ καὶ περὶ χρήσεως ἀφροδισίων ἐπιτηρεῖν, εἴτε ἀβλαβής ἐστιν αὐτοῖς, εἴτε βλαβερὰ, καὶ διὰ πόσων ἡμερῶν χρωμένοις ἀβλαβής τε καὶ βλαβερὰ γίγνεται. καθάπερ γὰρ ἱστόρησα μεγάλως βλαπτομένους ἐνίους, οὕτως ἑτέρους ἀβλαβεῖς διαμένοντας μέχρι γήρως ἐπὶ ταῖς χρήσεσιν (287) αὐτῶν. οὗτοι μὲν οὖν σπάνιοι καθ᾽ ἑκάτερον τὸ γένος, οἵ τε μεγάλως βλαπτόμενοι καὶ οἱ μηδὲν ἀδικούμενοι· τὸ δὲ μεταξὺ πᾶν ἐν τῷ μᾶλλόν τε καὶ ἧττον εἰς τὸ πολὺ τῶν ἀνθρώπων ἐκτέταται πλῆθος. ὧν

convulfiones incidere, quum diutius a cibo abftinuiffet, magisque, fi dolor interdum irave interveniffet. Quin etiam habitum corporis ejus contuebar gracilem; fcifcitantique de hac ipfa re ftomachum affidue bile urgeri eft faffus. Omnibus vero, qui haec legent, communiter illud fuafum velim, praefertim qui, tametfi medicinae artis funt ignari, cogitationem tamen habent exercitatam, ne, veluti vulgus, ita ipfi quoque pecorum ritu victus ratione utantur, quin potius ufu explorent, quinam ipfis cibus potusve fit noxius, qui praeterea quantique motus. Pari modo et de venere obfervent, num noxia fibi innoxiave fit; tum ex quanto intervallo utentibus noxia innoxiave fit. Nam, ficut retuli, nonnulli immodice laeduntur; alii citra noxam ufu ejus ad fenium usque fufficiunt. Verum haec ambo genera rara, nempe eorum, qui magnopere laeduntur, et qui nullum fentiunt incommodum. Totum vero, quod in medio eft, id cum majoris minorisque difcrimine ad magnum hominum numerum fe extendit; quorum qui

τοῖς πεπαιδευμένοις (οὐ γὰρ οἱ τυχόντες γε ταῦτα ἀναγνώσονται) συμβουλεύω παραφυλάττειν, ὑπὸ τίνων ὠφελοῦνται καὶ βλάπτονται· συμβήσεται γὰρ οὕτως αὐτοῖς εἰς ὀλίγα δεῖσθαι τῶν ἰατρῶν, μέχρις ἂν ὑγιαίνωσιν.

Κεφ. ιε΄. [186] Τούτων ἤδη γεγραμμένων, ἀναγνούς τις τῶν ἑταίρων ὅλον τὸ βιβλίον, ἕν τι τῶν πρόσθεν ἀναλειφθέντων, ὕστερον δὲ ῥηθησομένων παραλελεῖφθαί μοι τελέως ἔφη, τὸ διὰ χυλοῦ τῶν μήλων φάρμακον, ἐπιτήδειον εἴς τε τὰς ὀρέξεις τοῖς ἀνορέκτοις καὶ τὰς πέψεις τοῖς μὴ καλῶς πέττουσι, καὶ συνελόντι φάναι, τὴν γαστέρα ῥωμαλεωτέραν ἐργαζόμενον. ἐπαινέσας οὖν αὐτὸν ἀναμνήσαντα, προσθήσω τῷ λόγῳ τὴν σκευασίαν αὐτοῦ, τοιαύτην οὖσαν. τῶν κυδωνίων μήλων τὰ μείζω τε καὶ ἡδίω καὶ ἧττον στρυφνὰ, ἃ στρουθία καλοῦσιν οἱ κατὰ τὴν ἡμετέραν Ἀσίαν Ἕλληνες, ἐκ τούτων τοῦ χυλοῦ λαβόντας ξέστας Ῥωμαϊκοὺς δύο, χρὴ μίξαι μέλιτος ὅτι καλλίστου τὸ ἴσον μέτρον, ὄξους δὲ ξέστην α΄ καὶ ἡμίσειον. καὶ ταῦτα ἐπ᾽ ἀνθράκων διακεκαυμένων προεψήσαντα μετρίως, καὶ προαφρίσαντα,

non rudes ſunt, (non enim quorumlibet eſt haec noſſe,) iis ſuadeo, obſervent, ex quibus laedi ſe juvarive ſentiant; ita enim fiet, ut in pauciſſimis medicorum opera indigeant, quousque in ſanitate fuerint.

Cap. XV. His jam ſcriptis, amicorum quidam, quum totum hoc opus relegiſſet, unum omnino reſtare dicebat, quod ſuperius a me relictum poſt erat dicendum, nempe medicamentum, quod ex malorum cotoneorum ſucco conficitur, quod tum ad appetentiam excitandam iis, quibus ea languet, eſt utile, tum ad concoctionem iis, qui parum feliciter cibos concoquunt, et in ſumma ventri robur conciliat. Laudato igitur homine, quod admonuerit, appoſui et compoſitionem ipſius, quae ad hunc modum ſe habet. Accipies ſucci malorum cotoneorum, quae dulciora majoraque ſunt ac minus acerba, quaecunque noſtrates in Aſia Graeci ſtruthia vocant, ſextarios Romanos duos, quibus mellis optimi tantundem miſcebis, aceti ſextarium unum et ſemiſſem; haec quum ſuper prunas modice coxeris et

Ed. Chart. VI. [186.] Ed. Baf. IV. (287.)

μίξαι ζιγγίβερεως ὀγ. γ', πεπέρεως δὲ τοῦ λευκοῦ δύο, καὶ οὕτως πάλιν ἐπὶ τῶν ὁμοίως διακεκαυμένων ἀνθράκων ἑψῆσαι μέχρι μελιτώδους συστάσεως, ἐν οἵᾳ καὶ τὰ στομαχικὰ τῶν φαρμάκων σκευάζεται. τοῦτο τὸ φάρμακον ἐν τοῖς ἄτονον ἔχουσι τὸ ἧπαρ ὠφελιμώτατόν ἐστιν. εὔδηλον δὲ, ὅτι μάλιστα μὲν αὐτὸ νήστην ὄντα προσφέρεσθαι χρὴ πλῆθος, ὅσον ἂν ᾖ μύστρου συμμέτρου τῷ μεγέθει. βλάπτει δὲ οὐδὲν, οὐδὲ ἐὰν μετὰ τροφήν τις αὐτὸ λαμβάνῃ. καλῶς δ' ἂν προσφέροιτο καὶ εἰ προηριστηκώς τις εἴη, εἶτα δειπνεῖν μέλλων προσλάβοι. κάλλιστος δὲ καιρὸς ὁ πρὸ δυοῖν ἢ τριῶν ὡρῶν τῆς τροφῆς. εἰ δὲ στυπτικώτερον αὐτὸ βούλοιο ποιῆσαι, καὶ διὰ τοῦ χυλοῦ τῶν κυδωνίων μήλων σκεύαζε. τοῖς μέντοι δύσκρατον ἔχουσι κατὰ θερμότητα τὴν γαστέρα, καὶ τοῖς ὁπωσοῦν πληρουμένοις χολῆς, ἀφελὼν τό τε ζιγγίβερι καὶ τὸ πέπερι, τὸν χυλὸν τῶν μήλων δίδου, μετ' ὄξους τε καὶ μέλιτος ἑψήσας μόνον ἐν τῇ προγεγραμμένῃ συμμετρίᾳ. ὅσαι δὲ μέσαι πέρ εἰσι κατὰ τὴν κρᾶσιν γαστέρες, ὡς μήτε χολῶδες ἀθροίζειν περίττωμα, μήτε φλεγματῶδες,

ſpumam detraxeris, immittes zingiberis uncias tres, piperis albi duas; dein rurſus in ſimili igne recoques, donec mellis craſſitudo exiſtat, qua utique craſſitudine ſtomachica medicamenta praeparari ſolent. Hoc vero medicamentum etiam iis, quibus invalidum jecur eſt, ſalutare in primis eſt. Illud vero latere non debet, jejunis id maxime dandum eſſe, mediocris myſtri modo; quanquam nec ſi a cibo ſit ſumptum, quicquam laedit. Commode quoque dabitur etiam ſi prius pranſus quiſpiam ante coenam id ſumpſerit. Maxime tamen tempeſtive id duabus aut tribus horis ante cibum obtuleris. Quod ſi adſtringere magis voles, etiam ex cotoneorum ſucco conſicias. Caeterum ſi cui venter intemperie caloris laborat, aut etiam bile quovis modo abundat, huic auferri et piper et zingiber debebit, ac ſuccus malorum cum aceto et melle tantum ad praeſcriptam craſſitudinem coctus dari. Qui vero medio temperamento ventres habent ita, ut nec biliofum excrementum, nec pituitoſum congerant, iis pipe-

ἥμισυ τῆς προειρημένης συμμετρίας τοῦ τε ζιγγιβέρεως καὶ πεπέρεως ἐμβαλεῖν, ὡς εἶναι τοῦ πεπέρεως μὲν ὀγ. α', ζιγγιβέρεως δὲ μίαν καὶ ἡμίσειαν. ὅσαι δὲ δυσκρασίαι κατὰ ψυχρότητα, τέτταρας μὲν τοῦ ζιγγιβέρεως οὐγγίας, τοῦ πεπέρεως δὲ τρεῖς, ἢ δύο καὶ ἡμίσειαν. ἔξεστι δέ σοι καὶ κατὰ τὴν μέσην συμμετρίαν σκευάζοντι προσβάλλειν ἐπὶ τῆς χρήσεως τοῦ πεπέρεώς τι. οὕτω μὲν οὖν προνοητέον ἐστὶ τῶν ἐν διαφέρουσι μορίοις τοῦ σώματος ἐναντίας ἐχόντων κράσεις. ὅσοι δὲ καθ' ἓν ὁτιοῦν, ἤτοι γε ὁμοιομερὲς, ἢ ὀργανικὸν, ἀνώμαλον ἔχουσι κρᾶσιν, ἕτερος ἐπ' αὐτοῖς εἰρήσεται λόγος.

ris et zingiberis dimidium ejus qui praedictus eft modi fat erit, ita nimirum, ut fit piperis uncia una, et zingiberis una et femis. At quibus frigiditas temperiem vitiat, iis quatuor zingiberis, piperis tres aut duas et femis uncias injicies. Licebit autem, quum ad medium modum praeparaveris, in ipfo ufu piper addere. Atque ad hunc modum iis, quibus in diverfis membris pugnantia temperamenta funt, confulendum cenfemus. Quibus vero in una qualibet fimilari inftrumentalive parte imparitas temperamenti vifitur, de his alio opere agetur.

ΓΑΛΗΝΟΥ ΠΕΡΙ ΤΡΟΦΩΝ ΔΥΝΑΜΕΩΣ ΒΙΒΛΙΟΝ Α.

Ed. Chart. VI. [300.] Ed. Baf. IV. (303.)

Κεφ. α'. Περὶ τῶν ἐν ταῖς τροφαῖς δυνάμεων οὐκ ὀλίγοι τῶν ἀρίστων ἰατρῶν ἔγραψαν, ἐν πολλῇ σπουδῇ θέμενοι τὴν θεωρίαν, ἐπειδὴ χρησιμωτάτη σχεδὸν ἁπασῶν τῶν κατὰ τὴν ἰατρικήν ἐστιν. τοῖς μὲν γὰρ ἄλλοις βοηθήμασιν οὐκ ἐν παντὶ καιρῷ χρώμεθα, τροφῆς δὲ χωρὶς οὐχ οἷόν τε ζῆν, οὔθ' ὑγιαίνοντας οὔτε νοσοῦντας. εἰκότως οὖν ἐσπούδασαν οἱ πλεῖστοι τῶν ἀρίστων ἰατρῶν ἀκριβῶς ἐπισκέψασθαι τὰς ἐν αὐτῇ δυνάμεις· οἱ μὲν ἐκ τῆς πείρας

GALENI DE ALIMENTORVM FACVLTATIBVS LIBER PRIMVS.

Cap. I. De iis quae alimentis infunt facultatibus non pauci praeftantiffimorum medicorum fcripferunt, multamque huic fpeculationi operam navarunt, quod omnium, quae funt in medicina, ea propemodum fit utiliffima; nam aliis praefidiis non omni tempore utimur, fine alimento autem ne vivere quidem neque fani neque aegri degentes poffumus. Merito igitur praeftantiffimorum medicorum plurimi facultates, quae ei infunt, accurate obfervare ftuduerunt: alii quidem fola experientia nobis illas innote-

μόνης ἐγνῶσθαι φάσκοντες αὐτὰς, οἱ δὲ καὶ λογισμοῖς προσχρῆσθαι βουλόμενοι, τινὲς δὲ καὶ τὸ πλεῖστον αὐτῷ νέμοντες. εἰ μὲν οὖν, ὥσπερ ἐν γεωμετρίᾳ καὶ ἀριθμητικῇ, συνεφωνεῖτο παντάπασι τοῖς γράψασι περὶ τροφῆς, οὐδὲν ἂν ἔδει νῦν ἡμᾶς ἔχειν πρᾶγμα γράφοντας αὖθις ὑπὲρ τῶν αὐτῶν ἐπὶ τοσούτοις καὶ τοιούτοις ἀνδράσιν. ἐπεὶ δ' ὑπόπτους ἀλλήλους εἰργάσαντο διενεχθέντες, (οὐ γὰρ ἐγχωρεῖ πάντας ἀληθεύειν,) ἀναγκαῖόν ἐστιν βασανίσαι τὰ πρὸς αὐτῶν γεγραμμένα, δικαστὰς ἀδεκάστους γενομένους· ἄδικον γὰρ ἂν εἴη ἑνὶ πρὸ τῶν ἄλλων πιστεῦσαι χωρὶς ἀποδείξεως. ἐπεὶ δὲ τῶν ἀποδείξεων ἀρχαὶ διτταὶ κατὰ γένος εἰσὶν, [301] (ἢ γὰρ ἐξ αἰσθήσεως, ἢ ἐκ νοήσεως ἐναργοῦς ἀπόδειξίς τε καὶ πίστις ἄρχεται πᾶσα,) καὶ ἡμᾶς ἀναγκαῖόν ἐστιν, ἢ θατέρῳ τούτων, ἢ ἀμφοτέροις χρήσασθαι πρὸς τὴν τοῦ προκειμένου σκέμματος ἄθροισιν. οὐσῶν δὲ τῶν διὰ τοῦ λόγου κρίσεων οὐχ ἅπασιν ὁμοίως εὐπετῶν, ἐπειδὴ καὶ συνετὸν εἶναι χρὴ φύσει, καὶ γεγυμνάσθαι κατὰ τὴν παιδικὴν ἡλικίαν τοῖς θήγουσι μαθήμασι τὸν λογισμὸν, ἄμεινον

ſcere affirmarunt; alii vero rationibus quoque uti volunt; alii denique et plurimum ipſi tribuerunt. Quod ſi, ut in geometria et arithmetica, qui de alimentis ſcripſerunt, idem omnino conſenſiſſent, nullam nunc oporteret nos denuo de iisdem poſt tot ac tales viros ſcribendi moleſtiam ſubire. Verum quum mutuis diſſenſionibus ſuſpectos ſeſe reddiderint, (fieri enim nequit, ut omnes vera dicant,) quae ab illis ſunt tradita, a ſeveris judicibus examinari neceſſe eſt; iniquum enim fuerit uni prae aliis absque demonſtratione fidem adhibere. Porro quum demonſtrationum duo genere ſint principia, (aut enim a ſenſu, aut a notione evidenti demonſtratio omnis ac fides proficiſcitur,) nos quoque ad praeſentis ſpeculationis collectionem neceſſe eſt aut altero horum, aut utroque uti. At quum ea quae ratione ſiunt judicia non omnibus itidem facilia ſint, quum et natura ſagacem eſſe oporteat, et a puero ingenium iis quae rationem acuunt diſciplinis

ἀπὸ τῆς πείρας ἄρξασθαι, καὶ μάλισθ', ὅτι διὰ ταύτης μόνον εὑρῆσθαι τὰς δυνάμεις τῆς τροφῆς οὐκ ὀλίγοι τῶν ἰατρῶν ἀπεφήναντο. τῶν μὲν οὖν ἐμπειρικῶν ἴσως ἄν τις καταφρονήσειεν, ἔργον καὶ σπούδασμα πεποιημένων φιλοτίμως ἀντιλέγειν τοῖς εὑρισκομένοις διὰ τοῦ λόγου· Διοκλῆς δὲ, καίτοι δογματικὸς ὢν, οὕτως κατὰ λέξιν ἔγραψεν ἐν τῷ πρώτῳ τῶν πρὸς Πλείσταρχον ὑγιεινῶν. Οἱ μὲν οὖν ὑπολαμβάνοντες, τὰ τοὺς ὁμοίους ἔχοντα χυλοὺς ἢ ὀσμὰς, ἢ θερμότητας, ἢ ἄλλο τι τῶν τοιούτων, πάντα τὰς αὐτὰς ἔχειν δυνάμεις, οὐ καλῶς οἴονται· πολλὰ γὰρ ἀπὸ τῶν τοιούτων ὁμοίων ἀνόμοια δείξειεν ἄν τις γινόμενα. οὐδὲ δὴ τῶν διαχωρητικῶν, ἢ οὐρητικῶν, ἢ ἄλλην τινὰ δύναμιν ἐχόντων ὑποληπτέον ἕκαστον εἶναι, διότι θερμὸν, ἢ ψυχρὸν, ἢ ἁλμυρόν ἐστιν, ἐπείπερ οὐ πάντη τὰ γλυκέα, καὶ δριμέα, καὶ ἁλμυρὰ, καὶ τὰ λοιπὰ τῶν τοιούτων τὰς αὐτὰς ἔχοντα δυνάμεις, ἀλλὰ τὴν ὅλην φύσιν αἰτίαν εἶναι νομιστέον,

excoluiffe, fatius eft ab experientia aufpicari, eoque maxime, quod bona pars medicorum hac fola alimentorum facultates inventas effe pronunciarint. Ac empiricos quidem, qui omnem operam ftudiumque eo contulerunt, ut, quae ratione funt inventa, ambitiofis contentionibus oppugnarent, fortaffe quis contempferit: verum Diocles (tametfi profeffione eft dogmaticus) haec ad Pliftarchum in primo de fanitate tuenda libro fcripta reliquit. *Qui ergo omnia fapore eodem, odore, calore, aut alio id genus praedita, facultates easdem obtinere exiftimant, haud recte opinantur, nam multa oftendere quis poffit diffimilia fieri ab his, etiamfi, quod ad praedicta attinet, inter fe conveniant. Neque fane, fi quid alvum, aut urinam movet, aut aliam quamlibet habet facultatem, ideo tale effe quodque eft putandum, quod vel calidum fit, vel frigidum, vel falfum; quandoquidem non dulcia omnia, aut acria, aut falfa, aut caetera id genus easdem habent facultates; fed totam naturam caufam effe qui pu-*

τοῦτο δή ποτ' οὖν ἐπ' αὐτῶν ἑκάστῳ συμβαίνειν εἴωθεν. οὕτω γὰρ ἂν ἥκιστα διαμαρτάνοι τις τῆς ἀληθείας. αἰτίαν δὲ οἱ μὲν οἰόμενοι δεῖν ἐφ' ἑκάστῳ λέγειν, δι' ἣν τρόφιμον, ἢ διαχωρητικὸν, ἢ διουρητικὸν, ἢ ἄλλο τι τῶν τοιούτων ἕκαστόν ἐστιν, ἀγνοεῖν ἐοίκασιν, πρῶτον μὲν, ὅτι πρὸς τὰς χρείας οὐ πολλάκις τὸ τοιοῦτον ἀναγκαῖόν ἐστιν, ἔπειθ' ὅτι πολλὰ τῶν ὄντων τρόπον τινὰ ἀρχαῖς τισιν ἔοικε κατὰ φύσιν, ὥστε μὴ παραδέχεσθαι τὸν ὑπὲρ αἰτίου λόγον· πρὸς δὲ τούτοις διαμαρτάνουσιν ἐνίοτε, ὅταν ἀγνοούμενα καὶ μὴ ὁμολογούμενα καὶ ἀπίθανα λαμβάνοντες ἱκανῶς οἴωνται λέγειν τὴν αἰτίαν. τοῖς μὲν οὖν οὕτως αἰτιολογοῦσιν καὶ τοῖς πάντων οἰομένοις δεῖν λέγειν αἰτίαν οὐ δεῖ προσέχειν, πιστεύειν δὲ μᾶλλον τοῖς ἐκ τῆς ἐμπειρίας ἐκ πολλοῦ τοῦ χρόνου κατανενοημένοις· αἰτίαν δὲ τῶν ἐνδεχομένων δεῖ ζητεῖν, ὅταν μέλλῃ περὶ τούτου γνωριμώτερον ἢ πιστότερον γίνεσθαι τὸ λεγόμενον. αὕτη μὲν ἡ τοῦ Διοκλέους ῥῆσίς ἐστιν, ἐκ πείρας μόνης ἐγνῶσθαι τὰς

taverit, cur hoc unicuique eorum soleat contingere, a veritate haudquaquam aberrarit. Qui vero singulorum causas, cur videlicet nutriant, aut alvum, aut urinam cieant, vel aliud quidpiam ejusmodi praestent, reddendas autumant, ignorare videntur, primum, quod haec inquirere haud frequenter ad usus sit necesse, deinde, quod multa sint in rerum natura, quae principiis quibusdam ex natura sua quodammodo sint similia, ut nullam causae rationem admittant; ad haec nonnunquam hallucinantur, quum incognita et controversa neque admodum verisimilia sumendo abunde causam ipsam credunt se assignasse. Quocirca neque iis, qui causas ejusmodi afferunt, neque iis, qui de omnibus causam putant esse reddendam, est attendendum, sed potius iis, quae diuturna experientia fuerunt explorata, credendum; quorum autem possumus, causa est inquirenda, quando, quod de ipsis dicimus, sic speramus fore notum magis ac magis credibile. Haec sunt Dioclis verba, sola experientia

ἐν ταῖς τροφαῖς δυνάμεις ἡγουμένου, καὶ μήτε ἐκ τῆς κατὰ κρᾶσιν ἐνδείξεως, μήτε ἐκ τῆς κατὰ χυμούς. οὔσης δὲ καὶ ἄλλης τῆς κατὰ μόρια τῶν φυτῶν, οὐκ ἐμνημόνευσεν αὐτῆς. λέγω δὲ κατὰ μόρια φυτῶν ἔνδειξιν, ᾗ πρὸς ταῖς ἄλλαις ἐχρήσατο Μνησίθεος· ἐν ταύτῃ γοῦν ἑτέρας μὲν δυνάμεις ἐν ταῖς ῥίζαις εἶναι τῶν φυτῶν ἐπιδεικνὺς, ἑτέρας δὲ ἐν τοῖς καυλοῖς, ὥσπερ γε κἀν τοῖς φύλλοις, καὶ καρποῖς, καὶ σπέρμασιν ἄλλας. ὅτι μὲν οὖν ἡ πεῖρα διδάσκαλός ἐστιν, ὥσπερ ἄλλων πολλῶν, οὕτω καὶ τῶν εὐπέπτων τε καὶ δυσπέπτων σιτίων, εὐστομάχων τε καὶ κακοστομάχων, ὑπακτικῶν τε καὶ λαπακτικῶν καὶ σταλτικῶν γαστρὸς, ἅπαντες ἴσασι, κἂν βραχύ τι συνέσεως αὐτοῖς μέτεστι· σφάλλονται δὲ ἐν αὐτοῖς τούτοις οὐκ ὀλίγα, χωρὶς διορισμοῦ ποιούμενοι τὴν πεῖραν, ὡς κἀν τοῖς περὶ τῶν ἁπλῶν φαρμάκων δυνάμεως ἐδείχθη, κἀν τῷ τρίτῳ περὶ κράσεων. καὶ παραπλήσιά γε τὰ σφάλματά ἐστιν ἑκατέρωθεν. [302] διό καὶ γράφειν ἐνταῦθα τελέως, ὥσπερ ἐν ἐκείνοις, τοὺς διορισμούς,

alimentorum facultates nobis notas esse arbitrantis, non ex indicationibus, quae cum a temperamento tum a saporibus sumuntur: quum autem, quae est in partibus plantarum, alia adhuc inesset indicatio, ejus non meminit. Dico autem, partibus plantarum indicationem inesse, qua praeter alias Mnesitheus est usus; per hanc enim in plantis alias quidem radicibus, alias caulibus facultates inesse ostendit, quemadmodum certe et foliis, et fructibus, et seminibus alias. Quod igitur experientia, ut alia pleraque, ita et cibi qui facile aut secus concoquantur, quique stomachum juvent, aut offendant, denique qui alvum ducant, laxent, aut sistant, nos doceat, nemo est, cui vel tantillum est mentis, qui ignoret: caeterum in his ipsis non parum falluntur, qui citra distinctionem faciunt de rebus periculum, ut in commentariis de simplicium medicamentorum facultate, atque in tertio de temperamentis demonstravimus; ac sane, qui utrobique committuntur errores, multum inter se sunt similes. Quapropter hoc quoque loco accurate, ut illic, distinctiones scribere,

οἷς προσέχων τις ἀσφαλῶς εὑρήσει τὰς δυνάμεις, οὐ κατὰ τὴν ἐμὴν προαίρεσιν, ἅπαξ ὑπὲρ ἑκάστου πράγματος εἰωθότος γράφειν, οὐκ ἐν πολλαῖς πραγματείαις διερχομένου τὰ αὐτὰ περὶ τῶν αὐτῶν. ὅπερ οὖν εἴωθα ποιεῖν, οὐδὲ νῦν παραλείψω, μόνοις χρησόμενος τοῖς κεφαλαίοις τῶν διορισμῶν, καθ᾽ ὅ τι ἂν ἐγχωρῇ μάλιστα μιχθῆναι σαφηνείας συντομίᾳ. ἄρξομαι δὲ ἀφ᾽ οὗ διὰ στόματος ἔχουσιν ἅπαντες, οὐκ ὀρθῶς ὑπὸ Ἐρασιστράτου γεγραμμένου, μήτε τὸ μελίκρατον ὑπάγειν τὴν γαστέρα πάντων, μήτε τὴν φακὴν ἐπέχειν, ἀλλ᾽ εἶναί τινας, οἳ πρὸς τῷ μηδέτερον πάσχειν ἔτι καὶ τοῖς ἐναντίοις περιπίπτουσιν, ὡς ἵστασθαι μὲν ἐπὶ τῷ μελικράτῳ τὴν γαστέρα, λαπάττεσθαι δὲ ἐπὶ τῇ φακῇ, καί τινας εὑρίσκεσθαι τὰ βόεια κρέα ῥᾷον πέττοντας, ἢ τοὺς πετραίους ἰχθύας. ἐγὼ δ᾽ ἀεὶ τοὺς τοιούτους ἠρόμην, (ἄρξομαι γὰρ ἀπὸ τῶν ὑστάτων,) ὁποῖόν τι σύμπτωμα γινόμενον αὐτοῖς δείκνυται τὴν ἀπεψίαν τῶν πετραίων ἰχθύων, ἆρά γε βάρος τι κατὰ τὴν κοιλίαν, ὡς δοκεῖν ἐγκεῖσθαι

quibus quis intentus singulorum facultates citra errorem possit deprehendere, haudquaquam mei est instituti, qui semel duntaxat de quaque re scribere soleam, non eadem in multis commentariis de iisdem passim inculcare. Usitatum igitur mihi morem ne nunc quidem praetermittam, summas tantummodo distinctionum, idque ea brevitate, quam orationis perspicuitas patietur, complexurus. Incipiam autem ab eo, quod omnibus est in ore, quodque Erasistratus minus recte scripsit, melicratum videlicet alvum non cuivis subducere, neque lentem cohibere, sed quosdam esse, qui, praeterquam quod neutrum experiuntur, in contraria etiam incidant, ut sistatur quidem eis alvus a melicrato, laxetur autem a lente; praeterea quosdam inveniri, qui bubulam minori negotio, quam pisces saxatiles, conficiant. Equidem ab istis semper soleo sciscitari, (nam a postremis exordiar,) quodnam ipsis symptoma accidat, quo judicent, se saxatiles pisces non coxisse, utrumne pondus quoddam in ventriculo, ut instar

μόλυβδον, ἢ λίθον, ἢ πηλὸν, (οὕτως γὰρ ἐξαγγέλλουσιν ἔνιοι τὴν ἐπὶ ταῖς τοιαύταις ἀπεψίαις αἴσθησιν,) ἢ δῆξίς τις ἐν αὐτῇ φαίνεται γινομένη σαφὴς, ἢ πνευμάτωσις, ἢ μοχθηρᾶς ἐρυγῆς αἴσθησις. εἶθ' οἱ μὲν ἐρυγὴν αὐτοῖς ἔφασαν γίνεσθαι κνισσωδεστέραν, οἱ δὲ δῆξιν, οἱ δ' ἄμφω. τούτων οὖν ἐπισκεψάμενος ἀκριβῶς τὰ κατὰ τὸ σῶμα, πολλὴν εὗρον ἀθροιζομένην χολὴν ξαν(304)θὴν ἐν τῇ κοιλίᾳ κατά τινα δυσκρασίαν, ἢ κατασκευῆς ἰδιότητα. λέγω δὲ κατασκευῆς ἰδιότητα, διότι τῶν ἀνθρώπων ἐνίοις ἐξ ἥπατος εἰς ἔντερα καταῤῥέουσα χολὴ εἰς τὴν κοιλίαν ἐπανέρχεται, κρᾶσιν δὲ μοχθηρὰν, ὅταν αὐτοῖς ὑπάρχῃ φύσει τὸ θερμὸν δριμὺ καὶ δακνῶδες καὶ, ὡς ἂν εἴποι τις, πυρετῶδες. εἰκότως οὖν τὰ δύσφθαρτα σιτία τῶν εὐφθάρτων μᾶλλον οὗτοι πέττουσιν, ἐπειδὴ τὰ μὲν εὔπεπτα ῥαδίως ἀλλοιοῦται μὲν καὶ διαφθείρεται, τὰ δὲ δύσπεπτα δυσαλλοίωτά τέ ἐστιν καὶ δύσφθαρτα. ταῦτα γοῦν, ὅταν ὁμι-

plumbi, aut lapidis, aut luti quiddam incumbere ipfis videatur; hoc nempe modo quidam, quem ex hujuscemodi cruditatibus fenfum percipiunt, interpretantur; an mordicationem quandam manifefte in ipfo, an flatum, an ructum gravem fentiant. Tum alii nidorulentum magis fibi ructum accidere, alii mordicationem, nonnulli utrumque refponderunt. Horum igitur corporis habitum diligenter contemplatus deprehendi, bilis flavae copiam in ventriculo vel ob pravam quampiam temperiem, vel propter peculiarem conftitutionem effe acervatam: peculiarem autem dico conftitutionem quoniam hominibus quibusdam bilis ex jecore in inteftina defluens in ventriculum redundat; pravam vero temperiem, quum calor natura ipfis ineft acris ac mordax et, ut fic dicam, febrilis. Proinde par eft, ut ifti cibaria corruptu difficilia melius, quam facilia, coquant; quandoquidem, quae facile concoquuntur, facile item alterantur ac corrumpuntur, contra, quae concoctu funt difficilia, non facile quoque tum alterantur tum corrumpuntur. Haec certe, fi in

λήση πολλῇ θερμασίᾳ, πέττεται μᾶλλον, ἢ εἰ σύμμετρον ἔχουσι πλησιάζοι. κατὰ τοῦτον μὲν οὖν τὸν λόγον ἔνιοι τὰ βόεια κρέα ῥᾷον πέττουσι τῶν πετραίων ἰχθύων· ἡ φακὴ δὲ ἐνίοις ἐκταράττει μᾶλλον, ἢ ἐπέχει τὴν γαστέρα. κατὰ τοιόνδε τινὰ λόγον, ὡς ἐπιδέδεικταί μοι κατὰ τὰ περὶ τῶν ἁπλῶν φαρμάκων δυνάμεως ὑπομνήματα, καθάπερ ἐν τοῖς ὑφ᾽ ἡμῶν σκευαζομένοις ἐξ ἐναντίων οὐσιῶν τε καὶ δυνάμεων ἔνια συντίθεται, κατὰ τὸν αὐτὸν τρόπον ὑπὸ τῆς φύσεως οὐκ ὀλίγα τῶν ἁπλῶν εἶναι δοκούντων σύγκειται. τοιοῦτό τι δὴ καὶ περὶ πολλῶν τῶν τροφῶν ἐστιν. οὐ γὰρ ἡ φακῆ μόνον, ἀλλὰ καὶ ἡ κράμβη, καὶ τῶν θαλασσίων σχεδὸν ἁπάντων τὰ ὀστρακόδερμα καλούμενα σύνθετον ἔχει τὴν φύσιν ἐξ ἐναντίας δυνάμεως. αὐτὸ μὲν γὰρ τὸ στερεὸν ἑκάστου σῶμα βραδύπορόν τέ ἐστι καὶ σταλτικὸν τῆς γαστρὸς, ἡ δὲ ὑγρότης ἐρεθίζει πρὸς ἔκκρισιν. ἀκριβὴς δὲ ἀπόδειξις ἐκ τῆς ἑψήσεως γίνεται, τοῦ μὲν ὕδατος, ἐν ᾧπερ ἂν ἕκαστον τούτων ἑψηθῇ, λαπάττοντος τὴν

multum calorem inciderint, coquuntur magis, quam fi moderato occurrerint. Atque hac profecto ratione accidit, ut nonnulli bubulam facilius, quam pifces faxatiles, conficiant; lens autem quibusdam alvum moveat magis, quam inhibeat, non alia ratione, quam ut in commentariis, quos de fimplicium medicamentorum facultate confcripfimus, demonftravimus. Quemadmodum enim ex iis, quae a nobis praeparantur, nonnulla, quae facultatem ac fubftantiam habent contrariam, componuntur, ita et natura ipfa permulta, quae fenfui fimplici apparent, commifcuit; quod in plerisque alimentis comperias. Etenim non lens fola, fed et braffica, atque adeo marina propemodum omnia, quibus tefta pro cute eft, compofitam ex pugnantibus facultatibus naturam funt fortita: nam folidum cujusque corpus tarde permeat alvumque fiftit, humor vero ftimulat ad excretionem. Hujus porro rei ex coctione manifefta fumitur demonftratio, quum aqua, in qua dictorum quodque fuerit decoctum, alvum fubducat, ipfa vero

κοιλίαν, αὐτῶν δὲ τῶν σωμάτων ἐπεχόντων. καὶ κατὰ τοῦτο τινῶν ἀκούσῃ λεγόντων, ἐὰν πρότερον κράμβην φάγῃς τῶν ἄλλων σιτίων μὴ λίαν ἑφθὴν, καὶ εἴς τι σκεῦος ἔχον ἐλαίου καὶ γάρου μετακομίσῃς ἀθρόως ἐκ τοῦ λέβητος, ὑπαχθήσεται τὴν κοιλίαν, ἄλλων δέ τινων τὴν καλουμένην δύσεφθον κράμβην σκευαζόντων εἰς ἐπίσχεσιν τῆς γαστρός. [303] ἡ σκευασία δὲ τῆς τοιαύτης κράμβης ἐστὶ τοιάδε. προεψήσαντες αὐτὴν ὕδατι, τοῦτο μὲν ὅλον ἀκριβῶς ἐξαίρουσι τοῦ λέβητος, ἕτερον δὲ ἐπεμβάλλουσι καθαρὸν θερμὸν, ἐν ᾧ πάλιν ἕψουσι τὸ δεύτερον, ἵνα, εἴ τι μετὰ τὴν προτέραν ἕψησιν ἔτι λείψανον ἔσχε τῆς οἰκείας ὑγρότητος, ὅλον ἐκκριθείη. πᾶσι γὰρ τοῖς ἑψομένοις ἐν ὑγρῷ συμβαίνει μεταλαμβάνειν τε ἅμα τῆς ἐκείνου δυνάμεως καὶ μεταδιδόναι τῆς ἑαυτῶν. καὶ τοῦθ᾽ ὁσημέραι γιγνόμενον ἐπὶ τῶν ἐν τοῖς ζωμοῖς ἑψομένων ἔνι σοι μαθεῖν, εἴτ᾽ οὖν ὄσπριόν τι τὸ ἑψόμενον, εἴτε ζώου μόριον, εἴτε λάχανον εἴη. τὸ μὲν γὰρ ἑψηθὲν ἐνδείκνυται γευομένοις τε καὶ ὀσμωμένοις τὴν τοῦ ζωμοῦ ποιότητα καὶ δύναμιν, ὁ ζωμὸς δὲ τὴν τοῦ

corpora fistant. Hinc nonnullos audias, qui dicant, si brassicam leviter coctam et universim ac repente ex lebete in vas aliquod, in quo sit oleum ac garum, transfusam ante alios cibos sumpseris, alvum subducet. Alios autem videas brassicam, quae bis cocta nuncupatur, ad ventris cohibitionem hoc modo apparare. Quum ipsam aquae prius incoxerint, aquam quidem totam ex lebete effundunt, aliam autem affundunt puram et calidam, in qua rursus brassicam secundo coquunt, ut, si quid proprii succi post priorem decoctionem habuit reliquum, in hac penitus deponat; omnibus enim, quae in humore coquuntur, usu venit, ut quiddam ab ejus facultate in se derivent, ac de sua vicissim portionem aliquam ipsi impartiantur. Id quod in iis, quae in jure aliquo elixamus, sive legumen, sive animantis pars, sive olus id fuerit, quotidie tibi licet discere: res namque elixa tam gustu quam olfactu ipsius juris, ipsum autem jus rei, quae in

κατ᾽ αὐτὸν ἑψηθέντος. ἔξεστι δέ σοι παντὸς τοῦδε τοῦ λόγου τοῦ νῦν ἡμῖν προκειμένου τὴν ἀλήθειαν οὕτω βασανίσαι, καθεψήσαντι ἢ φακῆν, ἢ κράμβην, ἤ τι τῶν θαλαττίων ζώων ὧν εἶπον, εἶτα δ᾽ ἡδύναντι τὸ ἀφέψημα δι᾽ ἐλαίου καὶ γάρου καὶ πεπέρεως, ἔπειτα δόντι πίνειν, ἂν βούλῃ, καθάπερ γε καὶ δὶς ἑψήσαντι τὴν κράμβην· θεάσῃ γὰρ ἐπὶ μὲν πόματι διαχωροῦσαν τὴν κοιλίαν, ἐπὶ δὲ τῷ στερεῷ σώματι στεγνουμένην. οὐδὲν οὖν θαυμαστὸν ἐνίοτε στρόφους τε γίνεσθαι καὶ ἐμπνευματώσεις ἐπὶ τοῖς τοιούτοις ἐδέσμασιν, ὅταν ἅμα τοῖς ἑαυτῶν χυμοῖς ὅλα τὰ σώματα ληφθῇ. μάχη γάρ τις γίνεται πρὸς ἄλληλα, τοῦ μὲν στερεοῦ σώματος ἰσχομένου τε καὶ βραδύνοντος, ἐπειγομένης δὲ τῆς ὑγρότητος ἐπὶ τὴν ἔκκρισιν. ὡς ἐάν γε τὸ δάκνον ἐκκριθῇ, παύεται τὸ σύμπτωμα· μένοντος δὲ αὐτοῦ, καὶ στροφοῦσθαι καὶ πνευματοῦσθαι τὴν κοιλίαν ἀναγκαῖόν ἐστιν. καὶ πέρας γε τούτων ἐστὶν ἡ τῶν στασιαζόντων ἔκκρισις. ἐπεὶ τοίνυν ἐνίοις μὲν αἱ γαστέρες ἕτοιμοι πρὸς ὑποχώρησίν εἰσιν, ἐνίοις δὲ ξηραὶ καὶ δυσέκκριτοι,

se est elixa, qualitatem ac facultatem repraesentat. Totius porro, qui nunc nobis est propositus, sermonis veritatem poteris sic explorare. Lentem, aut brassicam, aut aliquod marinorum memoratorum animalium decoquito, postea decoctum oleo, garo pipereque conditum, cui libuerit, propinato; idem facito in brassica bis cocta: videbis enim, potione quidem alvum dilui, solidi autem corporis esu constipari. Quare non est, quod miremur, si ab hujuscemodi cibis, quando cum ipsorum succo solidum corpus sumptum fuerit, tormina interdum et inflationes oriantur: pugna enim quaedam inter utrumque fit, quum solidum quidem corpus haereat subinde ac tardet, succus autem ad excretionem properet: quo casu, si, quod mordicat, excretum fuerit, cessat symptoma, sin moretur, ventrem torminibus ac flatibus infestari est necesse, quibus sola pugnantium excretio finem imponet. At quum nonnullis venter ad egerendum *natura* sit propensus, aliis autem sit siccus et ad egerendum difficilis,

κατὰ τὴν οἰκείαν ἑκάτεραι φύσιν ἐπὶ τοῖς τοιούτοις ἐδέσμασι τὰ συμπτώματα ἴσχουσιν, ὡς ἂν ἐνίοτε μὲν τῇ τοῦ χυλοῦ δυνάμει συνεργούσης τῆς γαστρὸς, ἐνίοτε δὲ τῇ τοῦ στερεοῦ. δυοῖν γὰρ αἰτίων ἀνθισταμένων, ἑνὶ μὲν τὴν νίκην ἀναγκαῖόν ἐστιν ἀκολουθῆσαι, τὴν δ' ἧτταν τῷ λοιπῷ. συμβαίνει δὲ τοῦτο καὶ κατὰ διαθέσεις τινὰς τῆς γαστρὸς, οὐ φυσικὰς, ἀλλ' ἐν καιρῷ τινι γενομένας. ἔσθ' ὅτε μὲν γὰρ ἀθροίζεται φλεγματώδης τις ἐν αὐτῇ χυμὸς, ἔσθ' ὅτε δὲ χολώδης. καὶ τοῦ φλεγματώδους αὐτοῦ τὸ μὲν ὀξὺ, τὸ δὲ ἁλυκόν ἐστιν, τὸ δὲ γλυκὺ, τὸ δὲ οὐδεμίαν ἔχον αἰσθητὴν ποιότητα· καὶ τὸ μὲν ὑγρὸν, τὸ δὲ παχὺ, καὶ τὸ μὲν γλίσχρον, τὸ δὲ εὐσκέδαστον. καὶ τῆς χολῆς ἡ μὲν ξανθή τις, ἡ δὲ ὠχρὰ, τὸ μᾶλλόν τε καὶ ἧττον ἑκατέρα πάμπολυ κεκτημένη, ἵνα τὰς ἄλλας χολὰς παραλείπωμεν τὰς τοῖς ἤδη νοσοῦσιν σώμασιν ἐπιφαινομένας. ἕκαστος οὖν τῶν εἰρημένων χυμῶν ἤτοι πρὸς ἔκκρισιν γαστρὸς, ἢ πρὸς ἐπίσχεσιν ἑτοίμως διακείμενος, ὅταν ὅλα τὰ σώματα τῶν

utrique pro fua natura fymptomatis, quae ab hujusmodi cibis fiunt, afficientur, quum venter interdum quidem fucci, interdum vero folidi corporis facultati opituletur: duabus namque contrariis caufis fimul commiffis, unam fuperare, alteram fuccumbere alteri eft neceffe. Id ipfum autem propter ventris affectus quosdam accidit, non nativos quidem illos, fed aliquo tempore fubortos. Nunc enim pituitofum in eo humorem, nunc biliofum acervari contingit: atque ipfius pituitofi alius quidem eft acidus, alius falfus, alius dulcis, alius denique fenfibilis qualitatis eft expers; rurfum alius eft liquidus, alius craffus, alius vifcidus, alius diffipatu facilis. Ad haec humoris biliofi alius eft flavus, alius pallidus: in quorum utroque maximum eft pro majoris et minoris ratione difcrimen, ut interim alias ejus fpecies praetermittam, quae in corporibus aegrotantibus apparent. Singuli igitur memorati humores, quum aut ad alvi excretionem, aut ejusdem retentionem plurimum habeant momenti, pofteaquam integra ciborum memoratorum corpora cum fuis

εἰρημένων ἐδεσμάτων ἅμα τοῖς ἰδίοις χυμοῖς εἰς τὴν κοιλίαν ἀφίκηται, συμμαχεῖ μὲν τοῖς τὴν αὐτὴν δύναμιν ἔχουσιν, ἀντιπράττει δὲ τοῖς ἐναντίαν. ἔμπροσθεν μὲν οὖν αἰτίαι διτταὶ κατὰ γένος εἴρηνται τοῦ διαφόρως ἐπὶ τοῖς αὐτοῖς σιτίοις τὰ κατὰ τὴν γαστέρα φαίνεσθαι διοικούμενα· νυνὶ δὲ καὶ τρίτη τις εὕρηται πρός τε τῇ φυσικῇ διαθέσει καὶ τοῖς ὑγροῖς τε καὶ στερεοῖς μέρεσιν τῶν ἐσθιομένων· ἐσθιόμενα γὰρ ἢ ἐδεστὰ καλεῖν ἢ τροφὰς οὐ διοίσει. καὶ γὰρ οὕτως καὶ τούτων οὐδὲν ἧττον ὀνομάζουσιν αὐτὰ, καὶ σιτία, καὶ βρώματα, καθότι καὶ Ἱπποκράτης ἐν ἐπιδημίαις ἔγραψεν ὧδε· [304] τὰ βρώματα καὶ πόματα πείρης δεῖται, εἰ ἐπὶ τὸ ἴσον μένῃ. καὶ πάλιν ἑτέρωθι· πόνοι, σιτία, ποτὰ, ὕπνοι, ἀφροδίσια, πάντα μέτρια. τῶν μὲν οὖν ὀνομάτων, ὡς ἀεὶ λέγομεν, ἀμελεῖν χρὴ φροντίζοντας, ὅπως τις ἂν αὐτοῖς χρῆται, συνήθων γε ὄντων ἁπάντων τοῖς Ἕλλησι, τῆς δὲ τῶν πραγμάτων ἐπιστήμης ἀντιποιεῖσθαι προσήκει. φαίνεται δὲ ταῦτα ταχεῖαν ἢ βραδεῖαν

succis in ventrem pervenerint, iis quidem, quae ejusdem secum sunt facultatis, ferunt suppetias, adversantur autem iis, quae sunt contrariae. Supra igitur duas genere caussas recensuimus, propter quas, iisdem sumptis cibis, diversi in ventre effectus sequerentur. Nunc vero praeter naturalem constitutionem et liquidas solidasque ciborum partes tertia quoque adinventa est. Nec vero, sive edulia, sive cibaria, sive alimenta voces, quicquam intererit: siquidem tum iis nominibus, tum etiam his nihilominus, cibos et escam appellant. Cui rei testis est Hippocrates in opere de morbis vulgaribus scribens ad hunc modum: *Escas ac potus experiri oportet, an aeque diu morentur.* Ac rursus alio loco: *Labor, cibus, potus, somnus, venus, omnia modiocria.* De nominibus quidem certe (quod semper praedicamus) non oportet nos esse solicitos, nec, quo pacto quis ipsis utatur, laborare, quum ea praesertim omnia Graecis sint usitata, sed rerum ipsarum scientiam consectari. Alimenta ergo cito tardeve transire compe-

ἴσχοντα τὴν διέξοδον, ἤτοι διὰ τὴν ἐξ ἀρχῆς ἡμῶν φύσιν, ἢ διὰ τὴν ἐπίκτητον διάθεσιν τῆς γαστρὸς, ἢ διὰ τὴν οἰκείαν οὐσίαν. λέγω δὲ τῶν ἐσθιομένων καὶ πινομένων, ἐπειδὴ τινὰ μὲν αὐτῶν εἰσὶν ὑγρὰ, τινὰ δὲ ξηρὰ, καὶ τινὰ μὲν γλίσχρα, τινὰ δὲ εὔθρυπτά τε καὶ εὐδιαίρετα, καὶ τινὰ μὲν δριμύτητας ἐν αὐτοῖς ἔχοντα, τινὰ δὲ ὀξύτητας, ἢ πικρότητας, ἢ γλυκύτητας, ἢ ἁλυκότητας, ἢ αὐστηρότητας, ἢ στρυφνότητας, ἤ τινας ἔξωθεν τούτων φαρμακώδεις δυνάμεις ὁμογενεῖς ταῖς τῶν καθαιρόντων φαρμάκων. ἀνδράφαξυς μὲν γὰρ καὶ βλίτον καὶ μαλάχη καὶ κολόκυνθα διὰ τὸ γλίσχρα τε εἶναι καὶ δίυγρα θᾶττον τῶν μὴ τοιούτων ὑπέρχεται, καὶ μάλιστα τοῖς περιπατοῦσιν ἡσύχως μετὰ τὴν προσφορὰν αὐτῶν ἐπ᾽ ἐδάφους εἴκοντος μετρίως· ὀλισθαίνει γὰρ ἐν τῷ κατασείεσθαι μᾶλλον, ἢ εἴ τις ἀτρεμήσει κατακείμενος. ἐν τούτῳ δὲ τῷ γένει καὶ τὰ μόρα καὶ τὰ γλυκέα κεράσια θείη τις ἂν, ὥσπερ καὶ τῶν οἴνων τοὺς γλυκεῖς καὶ παχεῖς. οἱ δὲ πέπονές τε καὶ μηλοπέπονες ὀνομαζόμενοι δι᾽ ὑγρότητά τε καὶ γλισχρότητα πρὸς ὑποχώ-

riuntur, alias ob naturalem noftram ab initio conftitutionem, alias ob ventris difpofitionem acquifititiam, nonnunquam ob peculiarem aliquam efculentorum ac poculentorum fubftantiam; quandoquidem ex iis quaedam humida, quaedam ficca *durave* funt, ceu alia vifcida, alia friabilia ac divifu facilia, nonnulla denique acrimoniam in fefe habent, alia acorem, aut amarorem, aut dulcedinem, aut falfuginem, aut aufteritatem, aut acerbitatem, aut alias extra has facultates medicamentofas ejusdem generis cum iis, quae purgantibus medicamentis infunt. Siquidem atriplex, blitum, malva, cucurbita, quia funt lenta ac perhumida, aliis, quae talia non funt, celerius fubfidunt potiffimum iis, qui fumptis illis in folo leniter obambulant, modice cedentia; lubricant enim, fi quis concutiatur, promptius, quam fi quietus jaceat. Eodem in genere ponere quis poffit mora, dulcia cerafia, et ex vinis, quae dulcia fimul funt ac craffa; pepones quoque, et quos melopepones vocant, quod humidi fint ac lenti,

Ed. Chart. VI. [304.] Ed. Baf. IV. (304. 305.)

ρησίν εἰσιν ἐπιτήδειοί τε καὶ δύναμίν γε ἔχουσι μετρίως ῥυπτικήν· καὶ μᾶλλόν γε αὐτῶν οἱ πέπονες, ἣν ἔνεστί σοι μαθεῖν ἀνατρίψαντι μόριον ῥυπαρὸν, (305) ἀποῤῥύπτουσι γὰρ αὐτοῦ τὸν ῥύπον αὐτίκα. ταῦτα δὴ καὶ τῶν οὔρησιν κινούντων εἰσίν. ἐκ δὲ τῶν ὑγρῶν καὶ ὑδατωδῶν σωμάτων ἐστὶ καὶ τὰ βρεκόκκια καλούμενα καὶ τὰ Περσικὰ, καὶ ὅλως ὅσα μηδεμίαν ἰσχυρὰν ἔχειν φαίνεται ποιότητα τοῖς γευομένοις ἢ ὀσμωμένοις αὐτῶν· ἅπερ, ἂν μὲν ἐπιτηδείως ἡ γαστὴρ ἔχῃ πρὸς τὴν κάτω διαχώρησιν, ὑπέρχεται ῥᾳδίως, εἰ δὲ μὴ, μένει καὶ αὐτὰ μετέωρα, μηδὲν εἰς ἔκκρισιν αὐτὴν ὠφελοῦντα. μέση γάρ πως ἡ τοιαύτη τῶν ἐδεσμάτων ὕλη τῆς τε τῶν ἐπεχόντων τὴν γαστέρα καὶ τῆς τῶν προτρεπόντων οὖσα βραχύ τι ῥέπει πρὸς τὸ ἕτερον, ὅταν γε μὴ πάνυ τύχῃ νωθρᾶς γαστρὸς εἰς ἀπόκρισιν, ἢ ἰσχυρᾶς εἰς ἀνάδοσιν, ἐνίοτε γὰρ ἐπέχει γαστέρα καὶ ταῦτα. καὶ τὸ μελίκρατον, οἷς ἀναδίδοσθαι φθάνει ταχέως, οὐ προτρέπει τὴν γαστέρα πρὸς ἔκκρισιν, ἀλλὰ καὶ τοῖς μιχθεῖσιν ἑαυτῷ

ventri fubducendo funt idonei facultatemque mediocriter abftergendi habent, et horum maxime pepones; quam facile, fi fordidam aliquam partem iis confricueris, perceperis, protinus namque cernes, quicquid in ipfa eft fordidum, abftergi: ideoque inter ea, quae urinam movent, connumerantur. Porro inter humida corpora et aquofa funt quae praecocia vocitant, et Perfica, et omnino quaecunque nullam guftantibus ea aut olfacientibus qualitatem vehementem repraefentant; quae, fi quidem venter ad dejiciendum eft propenfus, non aegre fubfidunt; fin minus, haerent et ipfa fublimia, nihil ad ipfam excretionem conferentia. Etenim hujuscemodi ciborum materia, medium quodammodo inter alvum fiftentia et proritantia locum fortita, exiguum quid in alteram partem affert momenti, fi in ventrem incidat nec ad excernendum valde focordem, nec ad diftributionem alacrem ac robuftum; interdum enim haec quoque alvum cohibent. Quin et melicratum, in quibus celeriter diftribuitur, nihil alvo ad excretionem confert, quin imo cibis fecum com-

σιτίοις εἰς ἀνάδοσιν ὑφηγεῖται. εἰ δὲ μὴ φθάσειεν ἀναδοθῆναι ταχέως, ἐρεθίζει πρὸς ἔκκρισιν, ὥσπερ ἡ ξανθὴ χολὴ διὰ τὴν δριμύτητα καὶ τὸ δακνῶδες ἔχειν ἐν ἑαυτῇ. τὰ μὲν οὖν τοιαῦτα τῶν ἐσθιομένων τε καὶ πινομένων, δάκνοντα μόνον, ἐπὶ τὴν ἔκκρισιν ἐπεγείρει τὰ κατὰ τὴν κοιλίαν μόρια. πρόδηλον δὲ, ὅτι καὶ ἡ τῶν ἐντέρων οὐσία παραλαμβάνεται κατὰ λόγον. οὕτως γέ τοι καὶ τοὺς προγάστορας καὶ μεγαλοκοίλους ὀνομάζουσιν οἱ ἄνθρωποι. τινὰ δὲ ὑπάγει τὴν γαστέρα, μεμιγμένας ἐν ἑαυτοῖς ἔχοντα φαρμακώδεις δυνάμεις, ὁμοίας τῇ κατὰ τὴν σκαμμωνίαν τε καὶ κολοκυνθίδα, καὶ τὸν ἐλλέβορον, ὅσα τ' ἄλλα τοιαῦτα· μικτὴ γὰρ τοιούτων ἐστὶν ἡ φύσις ἐξ ἐδέσματός τε καὶ φαρμάκου, καθάπερ εἰ καὐτὸς ἐμβάλοις τῷ χυλῷ τῆς πτισάνης ὀλίγον τι τοῦ τῆς σκαμμωνίας ὀποῦ. λανθάνων γὰρ οὕτω τὴν αἴσθησιν οὐ λήσεται κατὰ τὴν ἐνέργειαν, ἀλλ' ὑπάξει σαφῶς τὴν γαστέρα. καὶ τοῦτ' εἶναι δοκεῖ τισι τὸ ὑφ' Ἱπποκράτους εἰρημένον· ἐν τρο[305]φῇ φαρμακίη. τοῖς δ' οὐχ οὕτω μόνον ἔδοξεν ἀκούειν, ἀλλὰ κἀπ' ἐκείνων

mixtis ad distributionem praeit; quod si celeriter non distribuatur, ad excretionem non secus, ac flava bilis sua acrimonia ac mordacitate, irritat. Hoc ergo cibariorum atque potionum genus duntaxat mordicatione sua ventris partes ad expulsionem proritat: perspicuum autem est, quod etiam intestinorum substantiam nomine ventris complectimur, sic nempe vulgus ventre prominulo et ventre insignes appellat. Alia autem sunt, quae ventrem subducunt, quod facultates in se medicamentosas habeant commixtas, similes ei, quae in scammonio, colocynthide, helleboro et id genus aliis conspicitur; horum enim substantia ex cibo et medicamento est commixta, ut si ipse in ptisanae cremorem succi scammonii paululum quid injicias: qui succus, etiamsi sensum quidem sic effugerit, sua tamen actione minime latebit, sed alvum palam subducet. Atque hoc esse videtur quibusdam, quod ab Hippocrate dictum est: *In cibo medicamentum.* Alii vero non sic modo, sed de illis quoque cibariis intelligi

ὁ λόγος εἰρῆσθαι δύναται τῶν οὔτε θρεπτικήν τινα τοῦ ζώου δύναμιν ἐχόντων ἐδεσμάτων, οὔτε καθαρτικήν. καὶ γὰρ καὶ ταῦτά φασιν οὐχ ὡς τροφὰς μόνον ἐνεργεῖν πολλάκις, ἀλλὰ καὶ ὡς φάρμακα, θερμαίνοντα, καὶ ὑγραίνοντα, καὶ ψύχοντα, καὶ ξηραίνοντα σαφῶς ἡμᾶς, ὡς, ὅταν μηδέν τι τούτων ἐνεργῇ περὶ τὸ σῶμα τοῦ ἀνθρώπου, τρέφῃ δὲ μόνον αὐτὸ, τηνικαῦτα τὸν τοῦ φαρμάκου λόγον οὐχ ἕξει. ὀλίγιστα μὲν οὖν ἐδέσματα τοιαῦτά ἐστιν· ἅττα δ᾽ ἂν ᾖ ταῦτα, μόνον τὸν τῆς τροφῆς ἔχει λόγον ἀκριβῶς χωρὶς τοῦ μεταβάλλειν τὸ σῶμα τοῦ προσενεγκαμένου κατὰ ποιότητα· τὸ μὲν γὰρ θερμανθὲν, ἢ ψυχθὲν, ἢ ξηρανθὲν, ἢ ὑγρανθὲν ὑπήλλακται κατὰ ποιότητα, τὸ δ᾽ ἐκ τῶν σιτίων εἰς ὄγκον οὐσίας τῆς διαφορηθείσης προσλαβὸν, ὡς ὑπὸ τροφῶν μόνον αὐτῶν ὠφελεῖται. τὰ τοίνυν μέσα ταῖς κράσεσιν, οὐδεμίαν ἐπικρατοῦσαν ἔχοντα ποιότητα, τροφαὶ μόνον εἰσὶν, οὐ φάρμακα, μήθ᾽ ὑπάγοντα γαστέρα, μήτε ἐπέχοντα, μήτε ῥωννύοντα, μήτ᾽ ἐκλύοντα στόμαχον, ὥσπερ

poffe dictum ejus voluerunt, quae neque alendi, neque purgandi animalis ullam habent facultatem. Haec enim dicunt non modo ut alimenta, verum etiam ut medicamenta faepenumero agere, quum manifefte nos calefaciant, refrigerent, ficcent, aut humectent, veluti, dum horum nihil in hominis corpore efficiant, fed ipfum tantummodo alant, tum medicamenti rationem haudquaquam habere. Sunt autem fane pauciffima id genus edulia; quotquot vero ea fuerint, alimenti duntaxat rationem plane habent, corpus ejus, qui fumpfit, in qualitate non immutantia; etenim quod calefactum aut refrigeratum eft, ficcatum aut humectatum, fecundum qualitatem eft mutatum, quod vero ex cibo ad molem diffipatae fubftantiae farciendam animal fibi affumpfit, ab illo duntaxat, ut alimento, juvatur. Quamobrem, quae medii funt temperamenti, nullaque vincente qualitate funt praedita, ea folum funt alimenta, non etiam medicamenta, ventremque non folvunt nec cohibent, ftomacho nec robur nec

γε μήθ᾽ ἱδρῶτας ἢ οὖρα κινοῦντα, ἢ καὶ κωλύοντα, μήτ᾽ ἄλλην τινὰ διάθεσιν ἐν τῷ σώματι ποιοῦντα κατὰ ψυχρότητα, καὶ θερμότητα, καὶ ξηρότητα, καὶ ὑγρότητα, διαφυλάττοντα δὲ πάντη τὸ τοῦ τρεφομένου ζώου σῶμα τοιοῦτον, ὁποῖον παρέλαβεν. ἀλλὰ κἀνταῦθα διορισμός ἐστί τις χρησιμώτατος, οὐδ᾽ αὐτὸς ὑπὸ τοῦ Διοκλέους εἰρημένος, ὥσπερ οὐδὲ διὰ τῶν ἄλλων τινὸς, ὅσους ἄχρι τοῦδε διῆλθον. εἰ μὲν γὰρ ἀκριβῶς μέσον εἴη τῇ κράσει τὸ σῶμα τοῦ ἀνθρώπου, φυλάττοιτ᾽ ἂν ὑπὸ τῆς μέσης τῇ κράσει τροφῆς ἐν τῇ παρούσῃ καταστάσει· εἰ δ᾽ ἤτοι ψυχρότερον, ἢ θερμότερον, ἢ ξηρότερον, ἢ ὑγρότερον εἴη τοῦτο, τὰ μέσα τῇ κράσει σιτία τε καὶ ποτὰ ἄν τις κακῶς διδοίη. μεταβάλλεσθαι γὰρ χρὴ τὸ τοιοῦτον σῶμα ἐπὶ τοὐναντίον, εἰς ὅσον ἀπεχώρησε τῆς ἀκριβῶς μέσης καταστάσεως· ἔσται δὲ τοῦτο διὰ τῶν ἐναντίων τῇ παρούσῃ δυσκρασίᾳ. τὰ δὲ ἐναντία τὴν ἴσην ἀφέστηκεν τοῦ μέσου διάστασιν ἐφ᾽ ἑκάτερα καθ᾽ ἑκατέραν ἀντίθεσιν. ὥστ᾽, ἐὰν μὲν ἀριθμοῖς, εἰ τύχοι, τρισὶν ἀπὸ τῆς εὐκράτου μὲν καὶ μέσης καταστά-

imbecillitatem inducunt, ficuti fudores urinamve nec provocant, nec coërcent, nec aliam quamvis difpofitionem calidam, frigidam, humidam aut ficcam in animantis corpore ingenerant, fed, quale animantis, quod nutritur, corpus affumpferant, tale prorfus confervant. Verum hoc quoque loco diftinctio quaedam eft utiliffima, quae ne ipfa quidem a Diocle eft pofita, ut nec ab alio quovis, quos mihi adhuc perlegere contigit. Si enim hominis corpus medii plane fit temperamenti, per alimenta medii temperamenti in eo ftatu fervabitur; verum, fi id frigidius vel calidius, ficcius aut humidius fuerit, medii temperamenti cibum et potum perperam exhibueris: quippe hujuscemodi corpus, quatenus ab exacte media conftitutione receffit, eatenus in diverfum ftatum traducatur eft neceffe: fiet autem id per praefentis intemperiei contraria. Contraria autem pari intervallo in utraque oppofitione a medio in utramque partem fecedunt: ut, fi corpus tribus verbi gratia numeris a temperata ac

σεως ἀποχωρήσῃ τὸ σῶμα πρὸς τὴν θερμοτέραν, τοσούτοις χρῆναι καὶ τὸ σιτίον ἀφεστάναι τοῦ μέσου τῇ κράσει πρὸς τὸ ψυχρότερον, ἐὰν δὲ ἐφ᾽ ὑγρότητα τέτταρσιν ἀριθμοῖς ἀποστῇ, τοῖς ἴσοις δεῖν εἶναι ξηρότερον τοῦ συμμέτρου. κατά τουτό γέ τοι πάλιν εὑρεῖν ἔστι πολλοὺς τῶν ἀνθρώπων ἐναντιώτατα περὶ τῶν αὐτῶν τροφῶν ἀποφαινομένους. ἔναγχος γοῦν ἐφιλονείκουν ἀλλήλοις δύο τινὲς, ὁ μὲν ὑγιεινὸν ἀποφαινόμενος, ὁ δὲ νοσερὸν εἶναι τὸ μέλι, τεκμαιρόμενος ἑκάτερος ἐξ ὧν αὐτὸς ὑπ᾽ αὐτοῦ διετίθετο, μηκέτι ἐννοοῦντες, ὡς οὔτε μίαν ἅπαντες ἄνθρωποι τὴν ἐξ ἀρχῆς ἔχουσι κρᾶσιν, οὔτ᾽, εἰ καὶ μίαν ἔσχον, ἀμετάβλητον αὐτὴν ἐν ταῖς ἡλικίαις φυλάττουσιν, ὥσπερ οὐδ᾽ ἐν ταῖς κατὰ τὰς ὥρας τε καὶ χώρας ὑπαλλαγαῖς, ἵνα παραλείπω γε κατὰ τὸ παρὸν, ὡς καὶ τοῖς ἐπιτηδεύμασιν καὶ ταῖς διαίταις ὑπαλλάττουσιν τὰς φυσικὰς τῶν σωμάτων διαθέσεις. εὐθὺς γοῦν αὐτῶν τῶν διαφερομένων ἀλλήλοις περὶ τοῦ μέλιτος ὁ μὲν πρεσβύτης τε κατὰ τὴν ἡλικίαν ἦν καὶ φύσει φλεγματωδέστερος, ἀργός τε τῷ βίῳ καὶ πρὸς τὰς ἄλλας μὲν ἁπάσας πράξεις,

media conſtitutione ad calidiorem ſeceſſerit, totidem cibum quoque a medii temperamenti cibo ad frigidiorem ſecedere erit neceſſe; ſin vero quatuor numeris ad humiditatem diſceſſerit, totidem cibum mediocri ſicciorem eſſe conveniet. Atque in hoc certe permultos eſt invenire, qui de iisdem cibis ex diametro pugnantia pronuncient. Nuper enim duo inter ſe concertabant, quorum alter ſalubre, alter inſalubre mel eſſe affirmabat, uterque ex illato ſibi a melle affectu conjectans, nondum illud intelligentes, quod omnes homines non unum ab initio habuerunt temperamentum, neque, ſi habuiſſent, immutabile ipſum aetatis curſu, aut in temporum anni ac locorum commutationibus tueri potuiſſent: ut nunc omittam, quod iidem homines vitae inſtitutis ac victus ratione nativum corporis habitum immutent. Ne igitur longe abeam, eorum, qui de melle inter ſe diſceptabant, alter quidem erat aetate ſenex, et natura pituitoſior, vitaque otioſa, et cum ad alias omnes actiones, tum autem ad

οὐχ ἥκιστα δὲ καὶ πρὸς τὰ τοῦ βαλανείου γυμνάσια, καὶ διὰ τοῦτ᾽ αὐτῷ μέλι χρήσιμον ἦν· ὁ δὲ ἕτερος χολώδης τε φύσει καὶ τριακονταετὴς κατὰ τὴν ἡλικίαν ἐτύγχανεν ὢν, ἐπὶ δὲ ταῖς ὁσημέραι πράξεσι πολλὰ ταλαιπωρούμενος· [306] εἰκότως οὖν αὐτῷ τὸ μέλι ἐξεχολοῦτο ταχέως, καὶ ταύτῃ βλαβερώτερον ἦν. οἶδα δὲ κἀγώ τινα τὰ κατὰ τὸ στόμα τῆς κοιλίας μεμφόμενον, λογισάμενός τε ἐξ ὧν διηγεῖτο, φλέγμα κατ᾽ αὐτὴν ἠθροῖσθαι, συμβουλεύσας προσενέγκασθαι μετὰ σινήπιος πράσα τε καὶ τεῦτλα, τμηθέντος θ᾽ ὑπ᾽ αὐτῶν τοῦ φλέγματος, ἐκκρίνασάν τε πλείω τὴν γαστέρα καὶ τῶν συμπτωμάτων πάντων ἐλευθέραν ἐκτήσατο. αὖθις οὖν ποτ᾽ ἀπεπτήσας ἐπὶ δριμέσιν ἐδέσμασιν καὶ δακνόμενος τὴν γαστέρα, σίνηπι μετὰ τεύτλου προσενεγκάμενος, οὐ μόνον οὐδὲν ὤνατο τὴν δῆξιν, ἀλλὰ καὶ χείρων ἀπεδείχθη συχνῶς. καὶ δὴ θαυμάζων, ὅπως ἐβλάβη συχνῶς ὑφ᾽ ὧν ἔμπροσθεν ὠφελεῖτο μέγιστα, πρός με παρεγένετο, τὴν αἰτίαν πυνθανόμενος. ἰδιώτας μὲν οὖν ἰατρικῆς τέχνης ἀνθρώπους οὐκ ἀπεικός ἐστι ταῦτα σφάλλεσθαι· τοῖς δὲ

eas exercitationes, quae balneum praecedunt, ignavus; ob eamque caufam mel ei erat utile; alter vero natura erat biliofus, et annos natus triginta, in quotidianisque operibus multum fefe fatigabat; merito igitur in eo mel celeriter in bilem vertebatur, eaque ratione fibi erat nocentius. Novi autem et ipfe quendam, qui de ore ventriculi querebatur: quod quum ab acervata in eo pituita provenire ex ipfius fermone conjectaffem, confuluiffemque, ut cum finapi betam et porrum fumeret, eorum ope incifam pituitam largiter per alvum excrevit, omnibusque fymptomatibus eft liberatus. Idem quum poft efum ciborum acrium non coxiffet, mordicationemque in ventriculo fentiret, fumpto rurfus cum beta finapi, non modo a mordicatione non fuit levatus, verum etiam longe deterius habuit: tum protinus admiratus, quid effet, quod ab iis, quae ante fummopere juviffent, nunc graviter laederetur, caufam fcifcitaturus ad me acceffit. Eos porro, qui rei medicae funt imperiti, in his falli non eft abfurdum:

ἰατροῖς οὐκ ἄν τις συγγνοίη παραλιποῦσιν ἀδιόριστα πολλὰ τῶν χρησιμωτάτων θεωρημάτων. οὐ γὰρ ἁπλῶς προσήκει λέγειν αὐτοὺς, εὐπέπτους μὲν εἶναι τοῖς πλείστοις τοὺς πετραίους ἰχθύας, εὑρίσκεσθαι δέ τινας, οἳ τὰ βόεια κρέα ῥᾷον πέπτουσιν, ἀλλ᾽ ἑκατέρους διορίσαι, καθάπερ γε καὶ περὶ μέλιτος οὐχ ἁπλῶς εἰπεῖν, ἀλλὰ μετὰ τοῦ προσθεῖναι, τίσιν ἡλικίαις τε καὶ φύσεσιν, ὥραις, καὶ χώραις, καὶ βίοις ὠφέλιμόν ἐστιν, ἢ βλαβερόν· οἷον ὅτι τοῖς μὲν θερμοῖς καὶ ξηροῖς ἐναντιώτατον, ὠφελιμώτατον δὲ τοῖς ὑγροῖς τε καὶ ψυχροῖς, εἴτε δι᾽ ἡλικίαν, ἢ διὰ φύσιν, ἢ χώραν, ἢ ὥραν, ἢ ἐπιτήδευμά τι τοιοῦτοι τὴν κρᾶσιν εἶεν. ὥστ᾽ ἀναγκαιότατον εἶναι ἔοικεν τὴν παροῦσαν θεωρίαν ἐπισκέψασθαι τάς τε τῶν ἀνθρώπων καὶ τῶν ἐδεσμάτων κράσεις. αἱ μὲν οὖν τῶν ἀνθρώπων ὁποῖαί τέ εἰσιν καὶ ὅπως χρὴ διαγιγνώσκειν αὐτὰς, ἐν τοῖς περὶ κράσεων ὑπομνήμασι λέλεκται, καθάπερ γε καὶ περὶ τῶν φαρμάκων ἐν

verum medicos, qui pleraque et eadem utiliffima theoremata praetereunt indiftincta, quis ferat? Non enim ipfos fimpliciter pronunciare convenit, pifces faxatiles permultis quidem concoctu effe faciles, nonnullos vero reperiri, qui bubulam facilius conficiant, fed utrosque diftinguere, quemadmodum de melle non fimpliciter pronunciare, fed fimul adjicere, quibusnam aetatibus, naturis, anni temporibus, regionibus ac vitae rationibus utile fit aut noxium: v. g. quod calidis et ficcis fit adverfiffimum, frigidis vero ac humidis utiliffimum, five ea temperies eis fit naturalis, five acceſſerit propter aetatem, five propter regionem, aut anni tempus, aut vitae conditionem. Itaque ad praefentem fpeculationem fumme neceffarium effe videtur hominum pariter ac ciborum temperamenta confideraffe. Porro, qualianam hominum fint temperamenta, et qua ratione ea dignofcere conveniat, in commentariis, quos de temperamentis fcripfimus, ceu utique et de medicamentorum temperamentis in iis,

τοῖς περὶ τῶν (306) δυνάμεων αὐτῶν. ἐν δὲ τοῖς νῦν ἐνεστῶσι καιρὸς ἂν εἴη τὰς τῶν σιτίων εἰπεῖν κράσεις· ὡς ἐν τῷ διαίτης ἐγράφθη βιβλίῳ, κατά τινὸς μὲν Ἱπποκράτους ὄντι συγγράμματι, κατὰ τινὰς δὲ Φιλιστίωνος, ἢ Ἀρίστωνος, ἢ Εὐρυφῶντος, ἢ Φιλήτου, παλαιῶν ἁπάντων ἀνδρῶν. ἀρχὴ δέ ἐστιν αὐτοῦ κατὰ μὲν ἔνια τῶν ἀντιγράφων ἥδε· Σιτίων τε καὶ πομάτων δύναμιν ἑκάστου, καὶ τὴν κατὰ φύσιν, καὶ τὴν διὰ τῆς τέχνης, ὧδε χρὴ διαγινώσκειν. ἐν ἄλλοις δὲ ἥδε· Χωρίων δὲ θέσιν καὶ φύσιν ἑκάστου ὧδε χρὴ διαγινώσκειν. ὅταν μὲν οὖν αὐτὸ καθ' ἑαυτὸ φέρηται τὸ βιβλίον τοῦτο, περὶ διαίτης ἐπιγράφεται, μέρος ὂν δεύτερον εἰς τρία διῃρημένου τοῦ παντός· ὅταν δὲ τὸ συγκείμενον ἐκ τῶν τριῶν ὅλον ἓν ἀδιαίρετον εὑρεθῇ, περὶ φύσεως ἀνθρώπου καὶ διαίτης ἐπιγράφεται. τὸ μὲν οὖν δεύτερον, ἐν ᾧ περὶ τῶν σιτίων διέρχεται, τάχ' ἄν τις εὐλόγως Ἱπποκράτους ἄξιον ἡγήσαιτο· τὸ δὲ πρῶτον ἀφέστηκε πάμπολλα τῆς Ἱπποκράτους γνώμης. ἀλλὰ τοῦτο μὲν

quae de illorum facultatibus prodidimus, abunde diximus: in praefentia vero tempus expofcit, ut alimentorum temperamenta exequamur ea methodo, qua libro de victus ratione funt fcripta, qui eft, ut nonnullis placet, Hippocratis, ut aliis, Philiftionis, aut Ariftonis, aut Euryphontis, aut Philetae, omnium antiquorum virorum. Initium autem ipfius in nonnullis quidem exemplaribus eft: *Ciborum omnium ac potuum facultates, tum naturales, tum arte accitas, fic dignofcere oportet;* in aliis autem hoc: *Locorum autem omnium fitum ac naturam fic oportet dignofcere.* Quum ergo feorfum libellus hic circumfertur, de ratione victus infcribitur, eftque fecunda pars, quum opus totum in partes tres fit divifum: quum vero totus unicus et non divifus ex tribus conflatus invenitur, de natura humana et victus ratione infcribitur. Secunda igitur pars, in qua agitur de cibis, non abs re forte Hippocrate digna putabitur, fed prima quam plurimum ab Hippocratica fententia recedit. Verum id

οἷον ὁδοῦ τι πάρεργον εἰρήσθω. ὅτου δ᾽ ἂν ᾖ τῶν εἰρημένων ἀνδρῶν, εἴς τινα καθόλου μέθοδον ἀναφέρειν φαίνεται τὴν ἐπὶ τοῖς σιτίοις δίαιταν. ὁ γὰρ γνοὺς, ὅτι κριθὴ φύσει ψυχρά ἐστι καὶ ὑγρὰ ἑψηθεῖσα, ἐπιστάμενος καὶ τὰς τῶν σωμάτων γνωρίζειν κράσεις, ὅσαι τε φύσει ὑπάρχουσι, καὶ ὅσαι κατὰ διάθεσιν ἐπίκτητον γίγνονται, χρήσεται προσηκόντως κριθαῖς εἰς ἐδωδὴν, οὐ μόνον ἐπὶ τῶν ὑγιαινόντων, ἀλλὰ καὶ τῶν νοσούντων σωμάτων, καὶ καταπλάσματι δέ τις δι᾽ ἀλεύρου κριθίνου χρήσεται καλῶς ὁ τὴν κρᾶσιν ἐπιστάμενος αὐτῶν. [307] δεῖ δὲ μὴ μόνον ἐγνῶσθαι τὴν κυριωτάτην τε καὶ πρώτην ἑκάστου σιτίου κρᾶσιν, ἀλλ᾽, ὡς ἐν τοῖς περὶ φαρμάκων ἐδείχθη, καὶ τὰς ἐξ ἐκείνων γιγνομένας· ὧν οὐχ ἥκιστα τυγχάνουσι χρήσιμοι οὖσαι πολλαὶ μὲν τῶν κατὰ τοὺς χυμοὺς, εἰ μὴ ἄρα καὶ πᾶσαι, τινὲς δὲ καὶ τῶν κατὰ τὰς ὀδμάς. ἐκ γὰρ τοῦ κεκρᾶσθαί πως ἕκαστον ἐκ τοσοῦδε θερμοῦ, καὶ ψυχροῦ, καὶ ξηροῦ, καὶ ὑγροῦ, καὶ τὸ μὲν αὐτῶν γλυκὺ, τὸ δὲ

quidem praeter institutum obiterque sit dictum. Cujuscunque autem memoratorum virorum fuerit, omnem in cibis victus rationem ad universalem quandam methodum videtur revocare. Qui enim hordeum natura frigidum et elixatione humidum esse didicerit, sciveritque corporum temperamenta, tum naturalia, tum alicujus affectus occasione acquisita, dijudicare, is rite non tantum sanis corporibus, verum etiam aegrotantibus hordeum edendum exhibebit: praeterea et cataplasmatibus ex hordeacea farina percommode utetur, qui et corporis et hordei temperamentum tenuerit. Nec vero satis fuerit principalissimam ac primam cujusque cibi temperiem novisse, sed (ut in libris de medicamentis monstratum est) eas quoque, quae hanc sequuntur, qualitates callere oportet, ut quae et ipsae sunt utilissimae, multae quidem, si non omnes, in saporibus, quaedam autem etiam in odoribus. Quod enim unumquodque ex tanto calido, frigido, humido et sicco quodam modo est temperatum, idcirco hoc

πικρὸν, ἢ ἁλμυρὸν, ἢ στρυφνὸν, ἢ αὐστηρὸν, ἢ δριμὺ φαίνεται. τὸ δὲ ἁλυκὸν οὐκ ἄλλο τι σημαίνει παρὰ τὸ ἁλμυρὸν, ἀλλ' ὑπ' ἀμφοῖν ἕν τι δηλοῦται, στρυφνοῦ δὲ καὶ αὐστηροῦ τὸ κοινὸν γένος ὀνομάζεται στύφον. ἐπὶ πλεῖστον δὲ περὶ τῶν χυμῶν ἁπάντων ἐν τῷ τετάρτῳ περὶ τῆς τῶν ἁπλῶν φαρμάκων δυνάμεως εἴρηται· καὶ χρὴ πάντως ἐκεῖνο γοῦν ἀνεγνωκέναι τὸν μέλλοντα τοῖς νῦν λεγομένοις ἀκολουθήσειν, ὅπως μὴ πάλιν ἀναγκαζώμεθα λέγειν ἐν τοῖσδε περὶ τῶν αὐτῶν τὰ αὐτά. τῶν γὰρ σιτίων, ὡς ὀλίγον ἔμπροσθεν ἔφην, ἔνια μὲν οὐδεμίαν ἐπίσημον ἐμφαίνει ποιότητα κατ' ὀσμὴν ἢ γεῦσιν, ἃ δὴ καὶ ἄποια καὶ ὑδατώδη προσαγορεύουσιν, ἔνια δὲ στύψιν ἔχει σαφεστάτην, ἢ γλυκύτητα σύμφυτον, ἢ δριμύτητα, καθάπερ γε καὶ ἁλμυρώτερά τέ τινα φαίνεται, καὶ πικρότητος ἔνια σαφῶς μετέχοντα. πρόδηλον οὖν, ὅτι τὰ τοιαῦτα τὴν αὐτὴν ἔχει δύναμιν ἐκείνοις τῶν φαρμάκων, οἷς ὡμοίωται κατὰ τὸν

dulce, illud amarum, falfum, acerbum, aufterum acreve apparet. Salfum autem nihil aliud eft, quam falfuginofum; nam utraque voce res una declaratur. Item acerbi et aufteri commune genus eft, quod adftringens appellamus. Caeterum in quarto libro de fimplicium medicamentorum facultate de omni faporum genere copiofiffime differuimus: quem certe librum neceffe omnino eft eum perlegiffe, qui ea, quae in praefentia a nobis dicuntur, eft affecuturus, ne, quae femel de iis dicta funt, in hifce libris identidem repetere cogamur. Ergo ciborum nonnulli quidem (quemadmodum haud ita pridem commemoravimus), fi quis eos guftaverit, aut olfecerit, nullam infignem ac manifeftam qualitatem prae fe ferunt, quos fane qualitatis expertes et aquofos nominant; alii autem manifeftiffimam habent adftrictionem, aut congenitam dulcedinem, aut acrimoniam; ficut nonnulli quoque falfiores, aut amaritudinis quidpiam habere perfpicue cernuntur. Quare perfpicuum eft, cibos ejusmodi eandem cum iis medicamentis habere facultatem, quibuscum fapore con-

χυμόν. εἴρηται δὲ ἐν τοῖς περὶ τῶν φαρμάκων ἡ αἰτία, δι' ἣν ἔνια τῶν στυφόντων οὐ ταὐτὸ τοῖς ἄλλοις στύφουσιν ἐργάζεται, καθάπερ ἀλόη τε καὶ χαλκὸς κεκαυμένος, καὶ χάλκανθος, καὶ ἄνθος χαλκοῦ, καὶ λεπὶς, καὶ χαλκῖτις. ἐκ τοῦ μεμίχθαι γὰρ καθ' ἕκαστον αὐτῶν τῇ στυφούσῃ δυνάμει τε καὶ οὐσίᾳ τῶν ἄλλων τινὰ τοῖς κατὰ μέρος ἔργοις ἐξαλλάττεται ταῦτα, καθάπερ εἰ καὐτὸς ἀναμίξεις κυδωνίῳ μήλῳ σκαμμωνίαν, ὥσπερ ἀμέλει ποιοῦμεν ἐνίοτε, τοῦ μήλου μὲν γλύφοντες τὰ περὶ τὸ σπέρμα, τὸ δὲ κοιλανθὲν ἀναπληροῦντες τῇ σκαμμωνίᾳ, κἄπειτα περιπλάττοντές τε καὶ ὀπτῶντες, εἶτα διδόντες φαγεῖν τὸ μῆλον. ἄνευ γὰρ τοῦ τὸν στόμαχον ἀνατρέπειν ὑπάγει γαστέρα τὸ οὕτως σκευασθὲν, ἐπικρατούσης ἐν αὐτῷ τῆς καθαρτικῆς δυνάμεως, ἣν ἐκ τῆς σκαμμωνίας τὸ μῆλον ἐπεκτήσατο, διαμενούσης δὲ τῆς κατὰ τὸ μῆλον οἰκείας, οὐ γὰρ ἂν ἡδύ τε καὶ στύφον ἐφαίνετο καὶ τῷ στομάχῳ πρόσφορον. οὕτως οὖν ἔνια τῶν ἐσθιομένων ἔχει τινὰ μεμιγμένην ἐν ἑαυτοῖς δύναμιν,

veniunt. Caeterum in commentariis de medicamentis caussam explicuimus, quamobrem adftringentia quaedam non eadem cum aliis adftringentibus in corporibus agant, ut aloë, aes uftum, atramentum futorium, flos aeris fquamaque et chalcitis. Etenim, quod in quoque iftorum adftringenti facultati ac fubftantiae alia quaepiam eft admixta, evenit, ut opera, quae figillatim edunt, immutentur, perinde ac fi malo cydonio fcammonium intus mifceueris; quod utique interdum facimus, partes mali, quae circum femen funt, exculpentes, deinde cavitatem fcammonio implentes, deinde circumlinentes ac affantes, atque ita malum mandendum exhibentes. Quod namque hunc in modum praeparatum eft, abfque ftomachi fubverfione alvum fubducit, facultate nimirum purgatrice, quam malum ipfum a fcammonio acquifivit, in ipfo vincente, propria autem ipfius mali manente; alioqui nec jucundum, nec adftringens, nec ftomacho esset utile. Ad eum igitur modum cibaria quaedam facultatem quampiam

ἤτοι καθαρτικὴν, ἤ τι ποιεῖν ἄλλο πεφυκυῖαν. ἐφ᾽ ὧν οὐ χρὴ ταῖς τῶν χυμῶν δυνάμεσιν ἀπιστεῖν, ὡς κατεργαζομέναις ἃ φύσιν ἔχουσιν ἐνεργεῖν. ἐν ὅτῳ γὰρ ἂν ᾖ στύφουσα ποιότης, ὅσον ἐφ᾽ ἑαυτῇ, συνάγει τε καὶ σφίγγει, καὶ ψύχει τὰ πλησιάζοντα σώματα. δύναται δὲ ἐνίοτε ταὐτὸ σῶμα τινὰ μὲν θερμαίνοντα τῶν ἑαυτοῦ μορίων ἔχειν, τινὰ δὲ ψύχοντα, καθάπερ ἐδείξαμεν ἐν τοῖς περὶ τῶν ἁπλῶν φαρμάκων δυνάμεων, τῆς φύσεως οὕτως αὐτὰ μιξάσης, ὡς καὶ τῶν ἰατρῶν ἔνιοι μιγνύουσιν ἐνίοτε τῶν ψυχόντων τινὶ πύρεθρον ἢ πέπερι. ταῦτ᾽ οὖν, ὡς ἔφην ἐν τοῖς περὶ φαρμάκων ὑπομνήμασιν, ἐπιπλεῖστον ἐξειργασμένα, χρησιμώτατα τοῖς νῦν διδασκομένοις ἐστίν. καὶ γὰρ αἱ κατὰ μέρος ἑκάστου τῶν ἐσθιομένων σκευασίαι τοῖς ταῦτα προεγνωκόσιν εὑρίσκεται. τευτλο[308]φακῆν οὖν ἡμεῖς τε δίδομεν ἐνίοτε, καὶ πρὸ ἡμῶν ὁ Ταραντῖνος Ἡρακλείδης ἐδίδου πολλάκις οὐ μόνον ὑγιαίνουσιν ἀμέμπτως, ἀλλὰ καὶ πάσχουσί τι. πρῶτον μὲν οὖν ἐμβάλλομεν αὐτῇ πολλὰ τεῦτλα, δεύτερον δὲ

habent in fe ipfis admixtam, cui aut purgare, aut aliud quippiam agere fit naturale: in quibus non eft dubitandum, quin faporum facultates id efficiant, quae a natura habent ut efficiant; in quo enim qualitas ineft adftringens, ipfa, quantum in fe ipfa eft, vicina corpora cogit, confiringit ac refrigerat. Idem autem corpus nonnunquam alias fui partes calcfacientes, alias refrigerantes habere poteft (ut in libris de fimplicium medicamentorum facultatibus demonftravimus), natura fcilicet eas ita permifcente, ut medici quidam frigido cuipiam pyrethrum aut piper interdum commifceant. Haec certe (uti diximus) in commentariis de medicamentis copiofiffime pertractata his, quae nunc a me docentur, funt utiliffima: nam qui haec ante didicerit, modum reperiet, quo cibos omnes figillatim apparare queat. Nam nos quoque ex beta et lente edulium nonnunquam damus, atque ante nos Heraclides Tarentinus multis non tantum inculpata valetudine fruentibus, verum etiam malo aliquo affectis faepe exhibebat. Primum ergo betarum copiam, deinde, quum con-

κατὰ τὴν ἄρτυσιν ἢ ἁλῶν βραχὺ πλειόνων, ἢ γάρου γλυκέος, ὑπακτικώτερον γὰρ οὕτως. εἰ δὲ μὴ, πτίσας τὴν φακῆν, ἑψήσας τε δὶς, ὡς ἀποχεῖν τὸ πρότερον ὕδωρ, εἶτ᾽ ὀλίγον μὲν ἁλῶν, ἢ γάρου μίξας, ἐπεμβαλεῖς τι βραχὺ τῶν ἐφεκτικῶν γαστρὸς, ἤτοι ὄξος, ἄχρι τοῦ μηδὲ λυπῆσαι τὴν γεῦσιν, ἥδιστόν τε καὶ ὠφελιμώτατον ἂν ἐργάσαιο φάρμακόν τε ἅμα καὶ σιτίον οὐκ ὀλίγοις τῶν διαῤῥοίᾳ χρονίᾳ ἐνοχλουμένων. οὐκ ὀλίγοις δὲ εἶπον, ἅπασι φυλαξάμενος εἰπεῖν, ὅτι κἀνταῦθα διορισμῶν ἐστιν χρεία, καθ᾽ οὓς αἱ διαθέσεις εὑρεθήσονται τῶν διαῤῥοϊζομένων χρονίως. ὅλως γὰρ οὐδὲν οἷόν τέ ἐστιν τῇ πείρᾳ βασανίσαι προσηκόντως ἄνευ τοῦ τῷ λόγῳ πρότερον εὑρεῖν ἀκριβῶς τὴν διάθεσιν, ᾗ προσφέρεται τὸ βασανιζόμενον, ἤτοι σιτίον, ἢ ποτὸν, ἢ φάρμακον. ὕλη γάρ ἐστι βοηθημάτων ἡ τῶν τοιούτων διαθέσεων γνῶσις, οὐκ αὐτῶν τῶν βοηθημάτων. ἐπεὶ δ᾽ ἀδύνατον ἄνευ τοῦ γιγνώσκειν ἀκριβῶς τὰς δυνάμεις τῶν ὑλῶν, αἷς χρώμεθα, βοηθεῖν

dimus, aut falis plufculum, aut dulcem garum ei injicimus: fic nempe alvum magis fubducit. Sin minus *vis fubducere*, lentem excorticatam bis decoquito, aqua videlicet priore effufa, dein falis aut gari portiuncula addita aliquod eorum, quae alvum modice fiftunt, injicito, puta acetum, ea menfura, ut guftum non offendat: ita enim jucundiffimum atque utiliffimum effeceris pharmacum et cibum non paucis eorum, qui diuturna diarrhoea conflictantur. Porro dixi, non paucis, non omnes complecti volens: nam hic quoque diftinctionibus opus eft, per quas eorum, qui diarrhoea jampridem laborant, affectus invenientur. Omnino enim nullius rei facultates experientia commode explorabis, nifi prius per rationem ad unguem compertum habueris affectum, cui applicatur id, quod exploras, five fit cibus, five potus, five medicamentum: materia enim eft auxiliorum ejusmodi affectuum cognitio, non ipforum remediorum. At quoniam fieri non poteft, ut, nifi quis materiarum, quibus utimur, fa-

τοῖς δεομένοις αὐτῶν, ἀναγκαῖόν ἐστιν, ὥσπερ ἑτέρωθι περὶ τῶν ἐν τοῖς φαρμάκοις δυνάμεων, οὕτως ἐνταῦθα περὶ τῶν ἐν τῇ τροφῇ διελθεῖν. ἡ γνῶσις δὲ αὐτῶν ἐν χρόνῳ πολλῷ κατορθοῦται μόγις ἔκ τε τῆς διωρισμένης πείρας καὶ τῆς τῶν ἀτμῶν τε καὶ χυμῶν φύσεως, οὓς ἔχειν φαίνεται τὰ δοκιμαζόμενα, καὶ προσέτι τῆς συστάσεως, ἣν κέκτηται κατά τε γλισχρότητα καὶ χαυνότητα, πίλησίν τε καὶ κουφότητα καὶ βαρύτητα· ταῦτα γὰρ ἅπαντα συντελεῖ πρὸς τὴν εὕρεσιν αὐτῶν, ὥστε κᾂν εἰς ξένην χώραν ἀφικόμενος ἴδῃς τι τῶν μὴ πρόσθεν ἑωραμένων σοι βρωμάτων, ἔχειν ἀφορμὰς οὐκ ὀλίγας εἰς τὴν τῆς δυνάμεως αὐτῶν γνῶσιν. ἃ δὲ Μνησίθεος ἔγραψε περί τε ῥιζῶν καὶ καυλῶν, καὶ φύλλων, καὶ καρπῶν, καὶ σπερμάτων, οὐ πάνυ τι βεβαίαν ἔχει τὴν διάγνωσιν, ἐὰν τῇ διωρισμένῃ πείρᾳ κρίνῃς αὐτὰ, καθότι καὶ διὰ τῶν ἐφεξῆς ἔσται δῆλον· ἔγνωκα γὰρ ὑπὲρ ἑκάστου (307) τῶν ἐδεσμάτων ἰδίᾳ διελθεῖν. εἰ δὲ μακρότερος ὁ λόγος ἐστὶν ἢ ἔσεσθαι

cultates exacte calleat, illarum ope egentibus succurrat, necesse est, ut alibi de medicamentorum, ita hoc quoque loco de alimentorum facultatibus differamus. Cognitio autem horum vix tandem longo tempore recta nobis accedit, quam consequimur quum ex certa definitaque experientia, tum ex halituum saporumque natura, quos habere videntur ea, quae examinantur; ad haec ex consistentia, quam habent secundum lentorem, aut friabilitatem, aut laxitatem et densitatem, aut levitatem et gravitatem: haec enim omnia ad ipsarum inventionem adeo conferunt, ut, quum in peregrinam regionem perveneris, si quid esculenti nunquam prius tibi conspecti offenderis, permultas sis occasiones atque adjumenta ad eius facultatem pernoscendam habiturus. Caeterum, quae Mnesitheus de radicibus, caulibus, foliis, fructibus seminibusque prodidit, non certam valde habent dignotionem, si experientia definita ipsa exploraris, quod ex iis, quae sequentur, fiet manifestum: statui enim de cibis singulis seorsum pertractare. Quod si tractatus ipse longior sit aut futurus

μέλλει, δυνησόμεθα γοῦν αὖθις αὐτὸν ἐν βραχεῖ περιλαβεῖν ἑτέρῳ βιβλίῳ τινὶ μικροτέρῳ, χρησίμῳ τοῖς τεχνωθεῖσιν ἐσομένῳ· μόνη γὰρ ἡ κατὰ διέξοδόν τε ἄσκησις καὶ διδασκαλία τεχνίτας ἀπεργάζεται. καὶ διὰ τοῦτό μοι δοκοῦσι καλῶς οἱ πολλοὶ λέγειν, ἀρίστην εἶναι διδασκαλίαν τὴν παρὰ τῆς ζώσης φωνῆς γιγνομένην, ἐκ βιβλίου δὲ μήτε κυβερνήτην τινὰ γιγνόμενον ἰδέσθαι, μήτε ἄλλης τέχνης ἐργάτην· ὑπομνήματα γάρ ἐστι ταῦτα τῶν προμεμαθηκότων, οὐ διδασκαλία τελεία τῶν ἀγνοούντων. εἴ γε μὴν ἐθέλοιέν τινες καὶ τούτων, ὅσοι διδασκάλων ἀποροῦσιν, ἐντυγχάνειν ἐπιμελῶς τοῖς σαφῶς τε καὶ κατὰ διέξοδον, ὁποίαν ἡμεῖς ποιούμεθα, γεγραμμένοις, ὀνήσονται μεγάλως, καὶ μάλιστα ἐὰν πολλάκις ἀναγινώσκειν αὐτὰ μὴ ὀκνῶσιν.

Κεφ. β΄. [309] Εἰκότως μοι δοκοῦσιν οἱ πλεῖστοι τῶν ἰατρῶν ἀπὸ πυρῶν ἄρξασθαι τῆς προκειμένης διδασκαλίας, ἐπειδὴ πολυχρησιμώτατον καὶ πολυχρηστότατόν ἐστι τοῦτο τὸ σπέρμα τοῖς τε Ἕλλησιν ἅπασι καὶ τῶν βαρβάρων

ſit, poterimus ipſum poſtea alio quodam minore libello perſtringere, qui iis, qui artem callent, utilis erit: quandoquidem exercitatio ſola ac doctrina, quae per diffuſam enarrationem traditur, nos artifices reddit. Ideoque non inſcite illud mihi vulgo dici videtur, optimam eſſe doctrinam, quae viva voce traditur; neque enim quemquam ex libro nauclerum, aut alterius artis opificem factum videre eſt: libri enim ſunt iis, qui ante eruditi fuerunt, monimenta, non rudium et indoctorum doctrina perfecta. Quod ſi qui praeceptoribus careant, velintque iis, quae clare ac copioſe ſunt ſcripta, (qui nobis ſcribendi mos eſt,) diligenter incumbere, magnum ii fructum capient, potiſſimum ſi ea relegere identidem non graventur.

Cap. II. Haud injuria medicorum plurimi praeſentem doctrinam a tritico mihi videntur auſpicati, quandoquidem cum apud Graecos omnes, tum barbarorum plurimos ſemen hoc et frequentiſſime et ſumma cum utili-

τοῖς πλείστοις. εἰσὶ δὲ αὐτῶν τροφιμώτατοι μὲν οἱ πυκνοὶ καὶ πεπιλημένην ἔχοντες ὅλην τὴν οὐσίαν, ὡς μόγις ὑπὸ τῶν ὀδόντων διαιρεῖσθαι· πλείστην γὰρ οὗτοι τροφὴν διδόασι τοῖς σώμασιν ἐξ ὄγκου βραχέος. οἱ ἐναντίοι τούτοις, ῥᾳδίως μὲν ὑπὸ τῶν ὀδόντων θραυόμενοι, μετὰ δὲ τὴν θραῦσιν ἀραιοὶ καὶ χαῦνοι φαινόμενοι, βραχεῖαν διδόασι τροφὴν ἐξ ὄγκου πολλοῦ. εἰ δὲ καὶ στῆσαι βουληθείης ἑκατέρων ἴσον ὄγκον, εὑρήσεις βαρυτέρους πολλῷ τοὺς πυκνούς. οὗτοι δ' εἰσὶν τῇ χρόᾳ τῶν χαύνων ξανθότεροι. βασανίζειν δὲ χρὴ τὴν φύσιν αὐτῶν, οὐχ ἁπλῶς ἐπισκοποῦντας τὴν ἔξωθεν ἐπιφάνειαν, ἀλλὰ καὶ διαιροῦντας καὶ θραύοντας, καθάπερ εἴρηται· πολλοὶ γὰρ ἔξωθεν ὑπόξανθοί τε καὶ πυκνοὶ φαινόμενοι τὰ ἔνδον ἑαυτῶν ὤφθησαν ἀραιοί τε καὶ χαῦνοι καὶ λευκοί. πλεῖστον οὖν οὗτοι πίτυρον ἔχουσιν, καὶ εἴ τις αὐτῶν ἀλεσθέντων ὑποσείσας τὸ λεπτότατον ἄλευρον ἄρτους ἐκ τοῦ λοιποῦ ποιήσαιτο τοὺς πιτυρίας ὀνομαζομένους, ὀλιγοτρόφων μὲν αὐτῶν πειράσεται, περίττωμα δ' ἐργαζομένων ἐν τῇ γαστρὶ πολύ, καὶ διὰ

tate ufurpatur. Inter tritica autem plurimum habent alimenti, quae denfa funt totamque fubftantiam habent adeo compactam, ut dentibus vix dividi queant; talia enim exigua mole corpora plurimum nutriunt: quae vero iis funt contraria, quaeque dentibus quidem facile franguntur, fractaque rara ac laxa apparent, magna mole exiguum reddunt alimentum. Quod fi utrorumque parem modum pendere libuerit, quae denfa funt, multo graviora effe comperies: haec autem funt colore etiam laxis flaviora. Explorare autem horum naturam non fimpliciter oportet, fuperficiem externam duntaxat contemplando, fed dividendo quoque, ut diximus, ac frangendo; multa enim, quae extrinfecus flava ac denfa fuerunt vifa, rara intus ac laxa albaque apparuerunt. Haec fane furfuris habent plurimum, et fi quis, pofteaquam molita funt, tenuiffima farina excuffa, ex reliquo panes, quos furfuraceos appellant, fecerit, parum quidem ipfos alere, ventrem vero multis excrementis implere experietur, ob eamque cau-

τοῦθ᾿ ὑπερχομένων ῥᾳδίως. ἅμα δὲ καὶ διὰ τὸ ῥυπτικῆς μετέχειν οὐσίας τὸ πίτυρον εἰκότως ἡ διαχώρησις αὐτῶν γίγνεται ταχεῖα, πρὸς τὴν ἔκκρισιν ἐρεθιζομένων τῶν ἐντέρων. οἱ δὲ ἐναντίοι τούτοις εἰσὶ μὲν ἀκριβῶς καθαροὶ, πλεῖστον ἄγοντες σταθμὸν ἐπ᾿ ὄγκῳ βραχεῖ, διαχωροῦσι δὲ πάντων τῶν ἄρτων βραδύτερον. θεάσῃ γε μὴν καὶ τὸ σταῖς αὐτῶν γλίσχρον ἱκανῶς, ὡς ἐπιπλεῖστον ἕλκεσθαι μὴ διασπώμενον, ὅπερ ἴδιόν ἐστι γλίσχρου σώματος. εἰκότως τοίνυν οὗτοι μὲν καὶ ζύμης πλείονος χρήζουσι, καὶ μαλαχθῆναι δέονται πάντων μᾶλλον, καὶ οὐκ εὐθὺς μετὰ τὴν ζύμην καὶ τὴν μάλαξιν ὀπτᾶσθαι· τοῖς πιτυρίαις δὲ ἀρκεῖ καὶ ζύμη βραχεῖα, καὶ μάλαξις ἀσθενὴς, καὶ χρόνος ὀλίγος. οὕτως δὲ καὶ τῆς ὀπτήσεως μακροτέρας μὲν οἱ καθαροὶ, βραχυτέρας δὲ οἱ πιτυρίαι δέονται. τὸ μεταξὺ δὲ τῶν καθαρωτάτων τε καὶ ῥυπαρωτάτων οὐκ ὀλίγον ἐστὶ πλάτος ἐν τῷ μᾶλλόν τε καὶ ἧττον, ἐνίων μὲν καθαρῶν, ἐνίων δὲ ῥυπαρῶν ὀνομαζομένων καὶ κατὰ ἀλήθειαν ὄντων. ἔστι δέ τι καὶ μέσον ἀκριβῶς αὐτῶν εἶδος ἄρτων,

ſam facile etiam ſubſidere: praeterea, quod ſurſur nonnihil facultatis habeat detergentis, merito, inteſtinis ad excretionem irritatis, celeris eorum ſit dejectio. His autem contrarii quidem ſunt panes puriſſimi, plurimum ponderis exigua mole habentes, omnium vero panum tardiſſime dejiciuntur. Videbis ſane illorum molem admodum lentam, ita ut quam longiſſime indivulſa trahatur, quod corporis lenti eſt proprium. Merito igitur ii quidem et fermento copioſiore indigent, omniumque maxime ſubigere eos oportet, nec ſtatim poſt fermentum et ſubactionem aſſare: furfuraceis vero paucum fermentum, et lenis ſubactio, breveque intervallum ſufficit. Pari modo, qui puri ſunt, aſſationem diuturniorem, furfuracei breviorem poſtulant. Porro non pauca eſt inter puriſſimos ac ſordidiſſimos pro minoris majorisque ratione latitudo, quum alios quidem puros, alios ſordidos et vocemus, et revera ſint. Eſt autem et alia panum ſpecies inter hos

οἱ αὐτόπυροι προσαγορευόμενοι· συγκομίστους δὲ αὐτοὺς ἐκάλουν οἱ παλαιοὶ τῶν ἰατρῶν. ὅτι μὲν οὖν ἐξ ἀδιακρίτων ἀλεύρων οὗτοι γίνονται, μὴ διαχωριζομένου τοῦ πιτυρώδους ἀπὸ τοῦ καθαροῦ, πρόδηλον. ἐντεῦθεν γοῦν αὐτοῖς ἔθεντο καὶ τὰς προσηγορίας· αὐτοπύρους μὲν, ἐπείπερ ὅλος αὐτὸς ὁ πυρὸς ἀδιακρίτως ἀρτοποιεῖται, συγκομίστους δὲ, ὅτι συγκομίζεται, σκευαζομένων αὐτῶν, ἅπαν ἀδιάκριτον τὸ ἄλευρον. ἀλλὰ καὶ αὐτῶν τούτων, ἐν τῷ μέσῳ δοκούντων ἀκριβῶς τετάχθαι τῶν τ' ἐκ τοῦ πιτύρου καὶ τῶν ἄκρως καθαρῶν ἄρτων, οὐ σμικρὰ διαφορὰ παρὰ τὴν τοῦ πυροῦ φύσιν ἐστίν. ἐκ μὲν γὰρ τῶν πυκνῶν πυρῶν καὶ βαρέων ἀμείνους, ἐκ δὲ τῶν χαύνων τε καὶ κούφων ἄρτοι φαυλότεροι γίνονται. καὶ παρά γε τοῖς Ῥωμαίοις, [310] ὥσπερ οὖν καὶ παρὰ τοῖς ἄλλοις σχεδὸν ἅπασιν, ὧν ἄρχουσιν, ὁ μὲν καθαρώτατος ἄρτος ὀνομάζεται σιλιγνίτης, ὁ δὲ ἐφεξῆς αὐτῶν σεμιδαλίτης. ἀλλ' ἡ μὲν σεμίδαλις Ἑλληνικόν τε καὶ παλαιὸν ὄνομά ἐστιν, σιλίγνις δὲ οὐχ Ἑλληνικὸν μὲν, ἑτέρως δὲ αὐτὴν ὀνομά-

plane media, quos *αὐτοπύρους* appellant: medici autem veteres ipfos nominabant confufaneos. Caeterum quod hi fiant ex farina fecretionis experte, furfure fcilicet a pura farina non feparato, omnibus id eft perfpicuum: illinc enim nomina ipfis indiderunt, *αὐτοπύροις* quidem, quod totum ipfum triticum, nulla fui parte adempta, in panificium cedat, confufaneis autem, quod ad ipfos conficiendos tota farina nusquam a furfure fejuncta comportetur. Verum et inter hos ipsos, qui ad unguem medii inter furfuraceos et quampuriffimos panes effe videntur, non parva eft pro tritici natura differentia: fiquidem ex denfo ac gravi tritico praeftantiores, ex laxo autem ac levi panes fiunt deteriores. Et apud Romanos quidem, ut et apud alios propemodum omnes, quibus ipfi imperant, panis quidem puriffimus filigineus, qui autem huic eft proximus, fimilaceus nuncupatur: verum *σεμίδαλις* quidem Graecum nomen eft et antiquum, *σιλίγνις* vero neque Graecum eft,

ζειν οὐκ ἔχω. τροφιμώτατος μὲν οὖν ὁ σιλιγνίτης αὐτῶν, ἐφεξῆς δὲ ὁ σεμιδαλίτης, καὶ τρίτος ὁ μέσος τε καὶ συγκόμιστος, ὁ καὶ αὐτοπυρίτης· ἐφ᾽ ᾧ τέταρτόν ἐστιν τὸ τῶν ῥυπαρῶν εἶδος, ὧν ἔσχατος ὁ πιτυρίας, ὃς δὴ καὶ ἀτροφώτατός ἐστιν, καὶ μάλιστα τῶν ἄλλων ὑπέρχεται κατὰ γαστέρα. πεφθῆναι δὲ ἄριστοι τῶν ἄρτων εἰσὶν οἱ μάλιστα ἐζυμωμένοι καὶ κάλλιστα τετριμμένοι, ἀπὸ συμμέτρου πυρὸς ἐν κλιβάνῳ τὴν ὄπτησιν ἐσχηκότες. τὸ μὲν γὰρ πλεῖον πῦρ εὐθὺς ἐν τῇ πρώτῃ προσβολῇ τὴν ἐκτὸς ἐπιφάνειαν περικαῖον ἀποστρακίζει, καὶ συμβαίνει κατ᾽ ἄμφω μοχθηρὸν γίνεσθαι τὸν ἄρτον, ὠμὸν μὲν καὶ ἀκατέργαστον ἔχοντα τὸ ἔνδον, ὑπερωπτημένον δὲ καὶ ξηρὸν καὶ ὀστρακῶδες ἔχοντα τὸ ἔξω· τὸ δὲ ἔλαττον τοῦ συμμέτρου πῦρ οὐ κατεργάζεται καλῶς τὸν ἄρτον, ἀλλ᾽ ὠμότερον ἀπολείπει καὶ μάλιστα τὸ ἔνδον ἅπαν. ὅσοι δ᾽ ἂν ἐν συμμέτρῳ πυρὶ πλείονι χρόνῳ δι᾽ ὅλων ἑαυτῶν [ὁμαλῶς ὀπτηθῶσιν, οὗτοι καὶ πέττονται κατὰ τὴν γαστέρα κάλλιστα, καὶ πρὸς

neque ipfum aliter poffum exprimere. Inter panes igitur filigineus plurimum alimentum praeftat: poft ipfum autem fimilaceus: tertio loco medius, qui et confufaneus, et *αὐτόπυρος* dicitur: quartum poft hunc eft fordidorum genus, in quibus furfuraceus eft poftremus, minimumque omnium nutrit, et omnium maxime per alvum fubfidet. Concoctu autem inter panes funt facillimi, qui plurimum funt fermentati et pulcherrime fubacti, quique in clibano igne moderato fuerunt affati: nam ignis ardentior primo ftatim occurfu fuperficiem externam circumurens in teftae modum indurat, acciditque duplici nomine pravum panem fieri: priori quidem, quod partem internam habeat crudam atque illaboratam, pofteriori vero, quod externam ficcam habeat ac praeaffatam et teftaceam. Porro ignis moderato remiffior panem minus belle elaborat, fed ipfum crudiorem relinquit, et maxime partem omnem ejus internam. Qui autem in igne moderato, longiore fpatio, per totos fe ipfos aequabiliter affati fuerint, ii tum belliffime in ventriculo concoquuntur, tum ad caeteras actio-

τὰς ἑξῆς ἐνεργείας, ὅσαι μετὰ τὴν πέψιν εἰσὶν, ἐπιτηδειότατοι γίνονται. χείριστοι δὲ τῶν ἄρτων εἰσὶ δηλονότι, ὅσοις οὐδὲν τῶν προειρημένων ὑπάρχει. τῶν δ' ἄκρων ἐν αὐτοῖς ἀρετῇ καὶ κακίᾳ διωρισμένων, οὐδέν ἐστι χαλεπὸν αὐτῷ τινι καὶ χωρὶς ἡμῶν ἐπινοεῖν, ἐνίους μὲν τῶν ἄρτων ἐγγὺς εἶναι τῶν ἀρίστων ἢ χειρίστων, ἐνίους δὲ ἀποκεχωρηκέναι πορῥωτέρω, καί τινας ἄλλους, ὡς εἴρηται, κατὰ τὸ μέσον ἀμφοῖν τετάχθαι. καθάπερ οὖν ἐπὶ τοῦ μέλιτος ἔμπροσθεν εἰρήκαμεν, οὐχ ἁπλῶς ἀποφαίνεσθαι δεῖν, ἀγαθὸν ἢ φαῦλον εἶναι πρὸς ὑγείαν, ἀλλὰ φλεγματικῇ μὲν φύσει, τουτέστιν ὑγροτέρᾳ τε καὶ ψυχροτέρᾳ τοῦ εὐκράτου, χρήσιμον ὑπάρχειν αὐτὸ, κἂν εἰ ψυχροτέρα δὲ μόνον εἴη τις ἄνευ πολλῆς ὑγρότητος, ἢ ὑγροτέρα ἄνευ πολλῆς ψύξεως, οὐ μὴν ταῖς γε θερμαῖς κράσεσιν, οὐδὲ τούτων ἔτι μᾶλλον ταῖς θερμαῖς τε καὶ ξηραῖς ἁρμόττειν αὐτὸ, οὕτω καὶ τῶν ἄρτων ἀθλητῇ μὲν ἐπιτήδειος ὁ μήτε πάνυ καλῶς ὠπτημένος, μήτε ζύμην ἔχων πολλὴν, ἰδιώτῃ δὲ καὶ πρεσβύτῃ

nes, quae coctionem consequuntur, fiunt accommodatissimi. Pessimi autem panes ii sunt habendi, quibus nihil memoratorum ante adest. Quum autem jam fines probitatis et pravitatis in panibus constituerimus, nemo jam est, qui non vel tacentibus nobis facile intelligat, alios esse panes, qui aut optimis, aut deterrimis sint propinqui, alios porro ab illis longe discedere, tum alios quosdam inter utrosque hos locum medium obtinere. Proinde, quemadmodum prius de melle admonuimus, non simpliciter esse pronunciandum, ipsum salubre esse aut insalubre, sed pituitosae quidem naturae, hoc est humidiori ac frigidiori, quam sit temperata, ipsum esse salubre, nec minus, etiamsi ea natura tantum fuerit frigidior sine multa humiditate, aut humidior sine multa frigiditate, calidis autem temperamentis, ac his etiam multo magis calidis et siccis haudquaquam ipsum convenire, ita panum quoque is athletae quidem est accommodus, qui neque bellissime est assatus, neque multum habet fermenti, privato autem et seni,

Ed. Chart. VI. [310. 311.] Ed. Bas. IV. (307. 308.)

ὁ κάλλιστα μὲν ἐν κλιβάνῳ, ζύμης δὲ μετέχων πολλῆς, ὅ γε μὴν τελέως ἄζυμος οὐδενὶ χρήσιμος. εἰ δὲ καὶ τυροῦ προσλάβοι, καθάπερ ἐν τοῖς ἀγροῖς παρ᾽ ἡμῖν εἰώθασι σκευάζειν ἑορτάζοντες, οὓς αὐτοὶ προσαγορεύουσιν ἀζύμους, ἑτοίμη βλάβη πᾶσι, κᾂν ἰσχυρότατοί τινες (308) ὦσιν τὴν ἕξιν τοῦ σώματος, οἷόν περ οἱ γενναιότατοι τῶν θεριστῶν καὶ τῶν σκαπανέων εἰσίν· οὗτοι γὰρ ὁρῶνται καὶ τῶν βαρέων ἀθλητῶν μᾶλλον πέττοντες τοὺς ἀζύμους ἄρτους, ὥσπερ γε καὶ κρέα βόεια καὶ τράγεια. τί γὰρ ἔτι δεῖ μεμνῆσθαι προβατείων ἢ αἰγείων ἐπὶ τούτοις; ἐν Ἀλεξανδρείᾳ δὲ καὶ τὰ τῶν ὄνων κρέα ἐσθίουσιν· εἰσὶ δὲ οἳ καὶ τὰ τῶν καμήλων· εἰς γὰρ τὴν πέψιν αὐτῶν συντελεῖ μέν τι καὶ τὸ ἔθος, οὐχ ἥκιστα δὲ καὶ ἡ βραχύτης τῶν προσφερομένων, καὶ ἡ τοῦ σώματος ὅλου κένωσις ἐξ ἀνάγκης ἑπομένη τοῖς δι᾽ ὅλης ἡμέρας ταλαιπωροῦσι κατὰ τὰς οἰκείας ἐνεργείας. ἀναρπάζουσι γὰρ αἱ κεναὶ σάρκες ἐκ τῆς γαστρὸς [311] οὐ μόνον ἡμίπεπτον, ἀλλὰ καὶ παντάπασιν ἄπεπτον

qui belliſſime quidem in clibano eſt aſſatus, fermenti autem habet multum: porro qui fermento omnino caret nemini prorſus eſt accommodus. Quod ſi caſei aliquid inſuper addatur, (ut ruſtici apud nos feſtis diebus ſolent apparare, eosque panes ipſi vocant azymos,) ejusmodi prompte omnes laeduntur, etiamſi fortiſſimo ſint corporis habitu, cujusmodi ſunt meſſorum ac foſſorum robuſtiſſimi: ab his namque facilius conſici videas panes azymos, ut bubulam etiam ac hircinam, quam a gravibus athletis: quid enim jam loquar de ovilla aut caprina? In Alexandria vero aſinina quoque veſcuntur: ſunt qui et camelina: ad ipſarum enim coctionem nonnihil confert tum conſuetudo, tum vero non minimum earum carnium quae ſumuntur parſimonia, ac denique ipſa totius corporis inanitio, quae illis neceſſario accidit, qui toto die in privatis operibus ſeſe conficiunt. Carnes enim inanitae rapiunt ex ventre ſuccum non modo ſemicoctum, ſed nonnunquam etiam omnino crudum atque

ἐνίοτε χυμὸν, ὅταν ἐπὶ σιτίοις πονῶσι· καὶ διὰ τοῦτο νόσους χαλεπωτάτας ὕστερον οὗτοι νοσοῦσιν καὶ πρὸ γήρως ἀποθνήσκουσιν. καὶ ταῦτα ἀγνοοῦντες οἱ πολλοὶ μακαρίζουσιν αὐτῶν τὴν ἰσχὺν τοῦ σώματος, ὁρῶντες ἐσθίοντάς τε καὶ πέττοντας, ἃ μηδεὶς ἡμῶν δύναται προσενέγκασθαι καὶ πέψαι. ἐπεὶ δὲ καὶ τοῖς πολλοῖς ταλαιπωρηθεῖσιν ὕπνοι βαρύτεροι γίγνονται, καὶ τοῦτ᾽ αὐτοῖς μειζόνως πρὸς τὰς πέψεις συντελεῖ, διὰ τοῦθ᾽ ἧττον ὑπὸ τῶν μοχθηρῶν ἐδεσμάτων βλάπτονται· εἰ δ᾽ ἀναγκάσεις αὐτοὺς ἀγρυπνῆσαι πλείοσιν ἐφεξῆς νυξὶν, αὐτίκα νοσοῦσιν. ἐκεῖνοι μὲν οὖν ἓν τοῦτο μόνον ἀγαθὸν ἔχουσιν εἰς πέψιν τῶν μοχθηρῶν ἐδεσμάτων· οἱ δὲ ἀθληταὶ τροφὰς μὲν εὐχυμοτάτας λαμβάνουσιν, ἀλλὰ παχεῖς καὶ γλίσχρας οἵ γε βαρεῖς αὐτῶν· ὀνομάζουσιν δ᾽ οὕτω μάλιστα μὲν τοὺς παλαιστὰς, ἤδη δὲ καὶ τοὺς παγκρατιαστάς τε καὶ πύκτας. ἐπεὶ γὰρ ἡ παρασκευὴ πᾶσα πρὸς τοὺς ἀγῶνας αὐτοῖς ἐστιν, ἐν οἷς ἐνίοτε δι᾽ ὅλης ἡμέρας παλαίειν ἢ παγκρατιάζειν ἀναγκάζονται, διὰ τοῦτο

incoctum, quum cibo fumpto operibus fefe reddiderint; ob eamque caufam ii graviffimis morbis poftea prehenduntur, et ante fenectam intereunt. Quae quum vulgus ignoret, illos ob corporis robur beatos praedicat, quum ea edere et concoquere ipfos videat, quae nemo noftrum neque edere queat neque coquere. Quod autem eorum plerique, qui laboribus fefe confecerunt, a pravis cibis minus laedantur, in caufa eft, quod iis fomni fint profundiores, quae res ad coctiones multum ipfis adfert momenti: quod fi ipfos plures ordine noctes infomnes ducere coëgeris, morbo ftatim corripientur. Illi igitur unicum hoc ad pravos cibos coquendos habent commodum; athletae vero alimentis quidem utuntur optimi fucci, fed craffi ac vifcofi, illi fane, qui inter ipfos funt graves, quo nomine palaeftritae potiffimum, nunc vero et pancratiaftae et pugiles ita appellantur. Quum enim id folum eis fit propofitum, ut ad certamina fefe comparent, in quibus interdum totum diem aut luctari, aut intentis viribus certare

δέονται τροφῆς δυσφθάρτου τε καὶ δυσδιαφορήτου. τοιαύτη δέ ἐστιν ἡ τῶν παχέων καὶ γλίσχρων χυμῶν· ὁποία μάλιστά ἐστιν ἥ τε ἐκ τῶν χοιρείων κρεῶν καὶ τῶν, ὡς εἴρηται, σκευαστῶν ἄρτων, οὕσπερ οἱ νομίμως ἀθλοῦντες ἐσθίουσιν μόνοι. καὶ εἴπερ ἰδιώτης ἀγύμναστος ἐν τῇ αὐτῇ τροφῇ διατρίψειεν, νοσήσει τάχιστα νόσημα πληθωρικόν, ὥσπερ γε καὶ εἰ γυμναζόμενος ἄνθρωπος ἐπὶ λαχάνοις καὶ χυλῷ πτισάνης διαιτῷτο, καταφθείρειεν ἂν ἐν τάχει καὶ τρυχώσειεν τὸ πᾶν σῶμα. χυμὸς δὲ πλεονάζει ἐκ τῶν τοιούτων ἄρτων, οἷς ἔφην χρῆσθαι τοὺς ἀθλητὰς, εἴ τις ἡμῶν τῶν πολλῶν ἐσθίει, γίνεται παχὺς καὶ ψυχρὸς, ὁποῖον ἰδίως ὀνομάζειν εἰθίσμεθα τὸν ὠμὸν χυμόν. ἔστι μὲν οὖν καὶ τοῦ φλέγματος χυμὸς ὠμός τε καὶ ψυχρὸς, ἀλλ' οὐ παχὺς, ὡς ἂν ὑγρότητά τε πολλὴν ἔχων καὶ πνεῦμα φυσῶδες· ὁ δὲ ὠμὸς χυμὸς ἰδίως ὀνομαζόμενος τοιοῦτός ἐστιν, ὁποῖον φαίνεται τὸ τοῖς οὔροις ὑφιστάμενον ἐνίοτε πύῳ παραπλήσιον. ἀλλὰ δυσῶδες μέν ἐστι καὶ γλίσχρον τὸ πύον, ὁ δ' ὠμὸς ἔοικεν αὐτῷ κατά τε τὸ πάχος καὶ

coguntur, idcirco cibo indigent corruptu ac evaporatu difficili; talis autem eſt, qui ſuccum habet craſſum ac viſcoſum, cujuſmodi potiſſimum eſt cibus ex carnibus ſuillis et panibus (ut diximus) apparatis, quibus ſoli vere athletae veſcuntur. Quod ſi quis privatus et haud exercitatus eodem cibo uti voluerit, celerrime in morbum plenitudinis incidet, quemadmodum, ſi homo utens exercitationibus oleribus ac ptiſanae ſucco aleretur, totum ſuum corpus celeriter labefactarit ac conſecerit. Porro ſi quis noſtrum panibus illis utatur, quibus dixi athletas uti, ſuccus ex eis abundabit craſſus ac frigidus, qualem proprie crudum ſuccum nominare conſuevimus. Eſt ſane et pituitae ſuccus crudus et frigidus, non tamen craſſus, ut qui humiditatem multam habeat et ſpiritum flatulentum; crudus autem ſuccus proprie nuncupatus talis eſt, quale id apparet, quod in urinis ſubſidet quandoque puri adſimile: verum pus et graveolens eſt et lentum, crudus vero ſuccus craſſitie et colore illi duntaxat eſt ſimilis,

τὴν χρόαν μόνον, οὔτε δυσώδης ὢν, οὔτε γλίσχρος. οὐ μὴν τοῖς γε πυρέττουσιν ἐξ ὠμῶν πλήθους μόνοις ὑφίσταται τοῖς οὔροις, ὁποῖον εἶπον, ἀλλὰ τοῖς ὑγιαίνουσιν, ὅσοι ταλαιπωρούμενοι σιτία σκληρὰ καὶ δυσκατέργαστα προσφέρονται. περὶ μὲν οὖν τῶν ἄλλων αὖθις εἰρήσεται; περὶ δὲ τῶν ἄρτων, ἐπειδὴ περὶ τούτων προὔκειτο πρῶτον ἡμᾶς διελθεῖν, εἴπωμεν ἤδη πρὸς τοῖς παρ᾽ ἡμῶν εἰρημένοις καὶ ταῦτα. κάλλιστοι μὲν αὐτῶν εἰσιν οἱ κλιβανῖται, καθ᾽ ὃν εἴρηται τρόπον ὠπτημένοι τε καὶ προπαρεσκευασμένοι πρὸς τὴν ὄπτησιν· ἐφεξῆς δὲ αὐτῶν οἱ ἰπνῖται, τὴν αὐτὴν ἐσχηκότες δηλονότι παρασκευήν· ἐπεὶ δ᾽ οὐχ ὁμοίως ὀπτῶνται τὰ διὰ βάθους τοῖς κλιβανίταις, διὰ τοῦτο αὐτῶν ἀπολείπονται. οἱ δ᾽ ἐπὶ τῆς ἐσχάρας ὀπτηθέντες, ἢ κατὰ θερμὴν τέφραν, ἢ τῷ τῆς ἑστίας ὀστράκῳ καθάπερ κλιβάνῳ κεχρημένοι μοχθηροὶ πάντως εἰσὶν, ἀνωμάλως διακείμενοι· τὰ μὲν γὰρ ἐκτὸς αὐτῶν ὑπεροπτᾶται, τὰ δὲ διὰ βάθους ἐστὶν ὠμά. τοῖς δὲ ἐγκρυφίαις ὀνομαζομένοις ἀπὸ τοῦ κατὰ τὴν τέφραν ἐγκρυβέντας ὀπτᾶσθαι προσδίδωσί τι καὶ

quum neque graveolens fit neque lentus. Non tamen febricitantibus quidem ex crudorum humorum copia folis in urinis fubfidet, cujusmodi dixi, fed et fanis, qui poft multos exantlatos labores cibos duros ac confectu difficiles efitant. Verum de aliis quidem poftea tractabimus; nunc vero, quoniam de panibus primo ftatuimus differere, iis, quae a nobis dicta jam fuerunt, haec adjiciamus. Omnium quidem optimi funt clibanitae, ad eum quem praefcripfi modum tum affati, tum ad affationem praeparati. Proximi autem ipfis funt furnacei, eodem videlicet quo praedicti modo praeparati: fed quia in profundo non fimiliter affantur, ob id ab ipfis bonitate fuperantur. At qui fuper craticulam, aut cineres calidos, aut foci pavimentum ceu clibanum affantur, pravi omnes funt, ut qui inaequaliter fe habeant: nam partes ipforum extimae fupra modum funt affatae, intimae autem crudae. Caeterum iis, quos propterea, quod cineribus tecti affantur, fubcinericios nuncupant, cineres ipfi pravitatem aliquam

ἢ τέφρα μοχθηρόν· ὥστε κινδυνεύουσιν οὗτοι ἁπάντων ἄρτων εἶναι χείριστοι κατά γε τὴν τῆς ὀπτήσεως ἰδέαν ἐπὶ πᾶσιν τοῖς ἄλλοις ὡσαύτως καὶ προϋπάρχουσιν. [312] δεῖ γὰρ ἑκάστοτε περὶ τῶν προκειμένων ἀκούειν οὕτως, ὡς κατ᾽ ἐκεῖνα μόνον ἐξηλλαγμένων τῶν παραβαλλομένων ἀλλήλοις· ὡς εἴ γε κατὰ πολλοὺς τρόπους διαφέροντα παραβάλληται, τὰ καθ᾽ ἕκαστον αὐτῶν ἰδίᾳ λελεγμένα πάντα ἕξουσιν ἠθροισμένα. περὶ μὲν οὖν τῆς κατὰ ἄρτους διαφορᾶς αὐτάρκως εἴρηται.

Κεφ. γ'. Περὶ δὲ τῶν ἄλλων πεμμάτων, ὅσα σκευάζουσιν ἐξ ἀλεύρου πυρίνου, καιρὸς ἂν εἴη λέγειν. οἱ μὲν οὖν ταγηνῖται παρὰ τοῖς Ἀττικοῖς ὀνομαζόμενοι, παρ᾽ ἡμῖν δὲ τοῖς κατὰ τὴν Ἀσίαν Ἕλλησι τηγανῖται σκευάζονται δι᾽ ἐλαίου μόνου. βάλλεται δὲ τὸ μὲν ἔλαιον μόνον εἰς τήγανον ἐπικείμενον ἀκάπνῳ πυρὶ, καταχεῖται δὲ αὐτῷ θερμανθέντι τὸ τῶν πυρῶν ἄλευρον, ὕδατι δεδευμένον πολλῷ. διὰ ταχέων οὖν ἑψόμενον αὐτῷ τῷ ἐλαίῳ συνίσταται καὶ

afpergunt: quapropter omnium panum hos, fi ipfis caetera omnia ante pariter adfuerint, quod ad affandi faltem modum attinet, propemodum dixerim effe deterrimos. Oportet enim femper ea, de quibus agitur, ita accipere, ut, quae inter fe comparantur, in illis duntaxat, de quibus agitur, mutuo diffideant; quandoquidem fi quae pluribus inter fe modis difcrepant contuleris, quae de fingulis ipfis membratim et feorfim dixeris, ea omnia collecta habebunt. De panum igitur differentia abunde dictum eft.

Cap. III. De aliis autem placentis, quae ex triticea farina parantur, dicere nunc fuerit opportunum. Ergo, quos Attici quidem *ταγηνίτας*, nos autem Graeci, qui Afiam colimus, *τηγανίτας* appellamus, parantur ex folo oleo. Oleum quidem folum in fartaginem igni fumi experti impofitam injicitur: quod ubi incaluerit, triticea farina multa aqua imbuta ei affunditur; quae celeriter, dum cum ipfo oleo coquitur, cogitur ac denfatur inftar

παχύνεται παραπλησίως ἁπαλῷ τυρῷ, τῷ κατὰ τοὺς ταλάρους πηγνυμένῳ. τηνικαῦτα δὲ ἤδη καὶ στρέφουσιν αὐτὸ οἱ σκευάζοντες, αὐτοῦ τὴν μὲν ἄνωθεν ἐπιφάνειαν ἐργαζόμενοι κάτωθεν, ὡς ὁμιλεῖν τῷ τηγάνῳ, τὸ δ᾽ αὐτάρκως ἑψημένον, ὃ κάτωθεν ἦν πρότερον, εἰς ὕψος ἀνάγοντες, ὡς ἐπιπολῆς εἶναι, κἀπειδὰν ἤδη καὶ τὸ κάτω παγῇ, στρέφουσιν αὖθις αὐτὸ δίς που καὶ τρὶς, ἄχρι περ ἂν ὅλον ὁμαλῶς αὐτοῖς ἑψῆσθαι δόξῃ. εὔδηλον οὖν, ὅτι παχύχυμόν τε τοῦτ᾽ ἔστι καὶ σταλτικὸν γαστρὸς καὶ χυμῶν ὠμῶν γεννητικόν. διὸ καί τινες αὐτῷ μιγνύουσι μέλιτος, εἰσὶ δ᾽ οἳ καὶ τῶν θαλασσίων ἁλῶν. εἴη δ᾽ ἂν ἤδη τοῦτό γε πλακοῦντός τι γένος, ἢ εἶδος, ἢ ὅπως ἂν ὀνομάζειν ἐθέλοις, ὥσπερ καὶ ἄλλα τινὰ πλακούντων εἴδη συντιθέασιν αὐτοσχεδίως οἵ τε κατ᾽ ἀγρὸν ἄνθρωποι καὶ τῶν κατὰ πόλιν οἱ πενέστατοι. τοιγαροῦν καὶ ὅσα διὰ κλιβάνου τῶν ἀζύμων πεμμάτων ὀπτῶσιν, εἶτ᾽ ἀφελόντες ἐμβάλλουσιν εὐθέως εἰς μέλι θερμὸν, ὡς δέξασθαι δι᾽ ὅλων ἑαυτῶν

casei teneri in calatho concrescentis, tunc autem jam ipsam vertunt, superficiem quidem ipsius superiorem infra constituentes, ut ipsa sartaginem etiam tangat, quod vero prius erat inferius, quodque abunde jam est coctum, sursum in sublime tollentes, ut jam sit in superficie: et quum jam, quod modo infra est, concreverit, postea vertunt ipsam bis forte aut ter, quoad tota placenta aequaliter ipsis cocta videatur. Perspicuum igitur est, quod ipsa quidem crassi est succi, quodque ventrem cohibet, et succos crudos gignit; quapropter et a quibusdam mellis quidpiam ei admiscetur; sunt qui et salem marinum miscent. Fuerit autem jam id quidem placentae genus quoddam, aut species, aut quocunque modo appellare libeat: quemadmodum et alias quasdam placentarum species tum rustici homines, tum urbanorum pauperrimi ex tempore componunt. Itaque placentae azymae, quas in clibano assant, atque mox, quum extractae sunt, in mel calidum, ut id in totas sese

αὐτὸ, καὶ ταῦτα πλακοῦντός τι γένος ἐστὶν, καὶ τὰ διὰ τῶν ἰτρίων σκευαζόμενα μετὰ μέλιτος πάντα.

Κεφ. δ'. Διττὸν δὲ τῶν ἰτρίων τὸ εἶδος, ἄμεινον μὲν, ὃ καλοῦσι ῥυήματα, φαυλότερα δὲ τὰ λάγανα. πάντα οὖν, ὅσα διὰ τούτων τε καὶ σεμιδάλεως συντίθεται, παχύχυμά τέ ἐστι καὶ βραδύπορα, καὶ τῶν καθ' ἧπαρ διεξόδων τῆς τροφῆς ἐμφρακτικὰ, καὶ σπληνὸς ἀσθενοῦς αὐξητικὰ, καὶ λίθων ἐν νεφροῖς γεννητικὰ, τρόφιμα δὲ ἱκανῶς, (309) εἰ πεφθείη τε καὶ καλῶς αἱματωθείη. τὰ δὲ σὺν μέλιτι σκευαζόμενα μικτῆς γίνεται δυνάμεως, ὡς ἂν τοῦ μέλιτος αὐτοῦ λεπτὸν ἔχοντος χυμὸν, ὅσοις τ' ἂν ὁμιλήσῃ, καὶ ταῦτα λεπτύνοντος. εἰκότως οὖν, ὅσα μέλιτός τε πλεῖον ἐν τῇ σκευασίᾳ προσείληφε καὶ τὴν ἕψησιν ἔσχηκε μακροτέραν, ἧττόν τ' ἐστὶ βραδύπορα καὶ μικτὸν χυμὸν γεννᾷ ἐκ λεπτοῦ τε καὶ παχέος, [313] ἥπατι δὲ καὶ νεφροῖς καὶ σπληνὶ, τοῖς μὲν ὑγιεινοῖς ἀμείνω τῶν χωρὶς μέλιτος σκευασθέντων, ἐμφράξεως δὲ

recipiant, injiciunt, placentae etiam funt genus quoddam; praeterea omnia, quae cum melle ex itriis apparantur.

Cap. IV. Duplex autem eft itriorum fpecies, praeftantior quidem, quam rhyemata, deterior vero, quam lagana appellant. Igitur omnia, quae ex his ac fimilagine componuntur, craffi funt fucci, et tarde permeant, jecorisque meatus, per quos fertur alimentum, obftruunt, lienis imbecillitatem augent, calculos denique in renibus gignunt; quod fi cocta belle fuerint atque in fanguinem mutata, admodum nutrient. Quae vero cum melle parantur, mixtam habent facultatem: quum enim mel ipfum fuccum habeat tenuem, et ea, quibuscum mifcetur, tenuet, factum merito eft, ut, quae mel copiofius, dum parantur, affumpferint, quaeque diutius cocta fuerint, et minus tarde permeent, fuccumque ex tenui et craffo mixtum generent; jecori vero, renibus et lieni in recte quidem habentibus magis, quam ea, quae fine melle parata funt,

ὀργὴν ἔχουσιν ἢ φλεγμαίνουσιν ἢ σκιῤῥουμένοις οὐδὲν ἧττον ἐκείνων, ἀλλ᾽ ἔστιν ὅτε καὶ μᾶλλον βλαβερὰ, καὶ πολλῷ μάλιστα πάντων, ὧν γλίσχρον ἱκανῶς ἐστι τὸ ἄλευρον. ὁ γὰρ ἐξ αὐτῶν χυμὸς οὐ μόνον ἰσχόμενος ἰέναι πρόσω διὰ πάχος κωλύεται, ἀλλὰ καὶ περιπλαττόμενος ἔνδοθεν τοῖς στενοῖς πέρασι τῶν ἀγγείων ἐμφράττεται δυσαπολύτως. καὶ βάρους γε τὸ βλαβὲν οὕτω σπλάγχνον αἴσθησιν ἐργάζεται τοῖς πάσχουσιν, τῆς ἐκ τῶν λεπτυνόντων ἐδεσμάτων τε καὶ πομάτων ἐπικουρίας δεόμενον. εἴρηται δὲ ἑτέρωθι καθ᾽ ἓν γράμμα περὶ τῆς λεπτυνούσης διαίτης. θώρακά γε μὴν οὐδὲν οὐδὲ πνεύμονα βλάπτει τῶν οὕτως σκευασθέντων. ἀλλὰ περὶ μὲν τῶν τὸν παχὺν καὶ γλίσχρον χυμὸν γεννώντων ἐδεσμάτων εἰρήσεται καὶ αὖθις· ὁ δὲ νῦν ἐνεστηκὼς λόγος ἀξιοῖ σε τἄλλα διὰ μνήμης ἔχειν, ἃ μέχρι δεῦρο διῆλθον, καὶ μάλιστα πάντων αὐτῶν ὑπὲρ τῆς τῶν ἄρτων δυνάμεως, ἐπεὶ διὰ παντὸς αὐτοῖς χρώμεθα. καὶ χεῖρόν γε οὐδὲν ἀναλαβεῖν τὰ κεφάλαια τῶν ἐπ᾽ αὐτοῖς ῥηθέντων.

conducant; in iis vero, qui obſtructionis principium habent, aut inflammatione, aut ſcirrho ſunt obſeſſi, nihil minus quam illa noceant, nonnunquam etiam longe gravius, et multo omnium maxime, quorum farina fuerit admodum lenta; ſuccus namque, qui ex iis proveniet, non modo propter craſſitiem ferri prorſum inhibetur, verum etiam intrinſecus anguſtis vaſorum finibus circumfixus adeo impingitur, ut haud facile ſolvi queat; atque ita viſcus laeſum iis, qui ita ſunt affecti, ſenſum ponderis exhibet, ciborum ac potuum tenuantium ope indigens. Scripſimus autem alibi uno libro de victu attenuante. Nihil tamen eorum, quae ita ſunt parata, neque thoracem, neque pulmonem offendunt. Verum de eduliis quidem, quae craſſum ac lentum ſuccum generant, alio loco poſtea differemus; ſermo autem, qui nunc in manibus eſt, poſtulat, ut quum alia, quae hactenus expoſuimus, memoria teneas, tum inter ea omnium potiſſimum panum facultatem, quod eis aſſidue utamur; nec ſane obfuerit, quae de ipſis diximus, ſummatim repetere.

Ed. Chart. VI. [513.] Ed. Baſ. IV. (309.)

ἄριστος μὲν οὖν ἐστιν ἄρτος εἰς ὑγείαν ἀνθρώπῳ, μήτε νέῳ, μήτε γυμναζομένῳ, ὁ πλεῖστον μὲν ζύμης ἔχων, πλεῖστον δὲ ἁλῶν, ἐπὶ πλεῖστον δὲ ὑπὸ τοῦ τεχνίτου, πρὶν πλάσασθαι καὶ ὀπτᾶσθαι, κατειργασμένος, ὠπτημένος τε ἐν κλιβάνῳ συμμέτρως θερμῷ, καθότι | πρόσθεν εἴρηται. κρίσις μὲν οὖν τοῦ πλείστου κατὰ τὴν ζύμην καὶ τοὺς ἅλας ἡ γεῦσις ἔστω σοι· τὸ γὰρ ἤδη λυποῦν ἐν τῇ τούτων πλείονι μίξει μοχθηρόν. εἰς ὅσον οὖν ἡ γεῦσις οὐδέπω γνωρίζει τὴν ἐκ τῆς μίξεως ἀηδίαν, εἰς τοσοῦτον βέλτιόν ἐστιν αὐξάνειν αὐτῶν τὸ πλῆθος.

Κεφ. ε΄. Ὅσοι δὲ τὸν πλυτὸν ἄρτον ἐπενόησαν σκευάζειν, ἀτροφώτερον μὲν εὗρον ἔδεσμα, πεφευγὸς δ᾽ ὡς οἷόν τε μάλιστα τὴν ἐκ τῆς ἐμφράξεως βλάβην. ἥκιστα γὰρ ὁ ἄρτος οὗτος ἔχει τὸ παχὺ καὶ γλίσχρον, ὡς ἀερωδέστερος ἀντὶ γεωδεστέρου γεγονώς. ὁρᾶται δ᾽ ἡ κουφότης αὐτοῦ διά τε τοῦ σταθμοῦ κἀκ τοῦ μὴ δύεσθαι καθ᾽ ὕδατος, ἀλλ᾽ ἐποχεῖσθαι τρόπῳ φελλοῦ. ἑψόντων δὲ παρ᾽ ἡμῖν ἐν τοῖς ἀγροῖς πολὺ ἄλευρον πυροῦ μετὰ γάλακτος, ἰστέον καὶ

Optimus certe panis ac ſaluberrimus fuerit homini, neque juveni, neque exercitationibus dedito, qui tum ſalis, tum fermenti habet plurimum, quique plurimum ab artiſice, antequam formetur et aſſetur, ſit ſubactus et (ut ſupra diximus) in clibano mediocriter calido aſſatus. Modum vero fermenti ac ſalis guſtu | judicato; quod namque in largiori horum mixtura jam offendit, pravum. Quatenus igitur guſtus nullum adhuc ſenſum triſtem ex ea miſtura percipit, eatenus ipſorum copiam augere praeſtiterit.

Cap. V. Porro qui panis abluendi rationem excogitarunt, minoris ſane alimenti cibum, ſed qui ab obſtructionis noxa abſit, quoad licet maxime, invenerunt; ſiquidem panis hic ſuccum habet minimum craſſum ac lentum, ut qui ex terreſtri aëreus ſit factus. Ejus porro levitas apparet cum per ſtateram, tum quod in aqua non ſubmergatur, ſed inſtar ſuberis ſupernatet. Caeterum id edulium, quod ruri apud nos coquunt, quod ex multa

τοῦτο τὸ ἔδεσμα τῶν ἐμπλαττόντων ὑπάρχειν. ὥσπερ οὖν εὔχυμά τε καὶ τρόφιμα πάντα ἐστὶ τὰ τοιαῦτα τῶν ἐδεσμάτων, οὕτω βλάπτει τοὺς διηνεκῶς αὐτοῖς χρωμένους, ἐμφράξεις τε ποιούμενα καθ᾽ ἧπαρ καὶ λίθους ἐν νεφροῖς γεννῶντα. τοῦ μὲν γὰρ ὠμοῦ χυμοῦ προσλαβόντος τὸ γλίσχρον, ὅταν αἱ κατὰ τοὺς νεφροὺς διέξοδοι στενότεραί ὦσί τισιν ὑπάρχουσαι φύσει, χρονίζον αὐτόθι τὸ παχύτατόν τε καὶ γλίσχρον ἕτοιμόν ἐστι γεννῆσαι πῶρον, ὁποῖος τοῖς ἀγγείοις, οἷς τὸ ὕδωρ θερμαίνομεν, ἐπιτρέφεται, καὶ τοῖς λίθοις περιπήγνυται κατὰ πολλὰ τῶν αὐτοφυῶν ὑδάτων θερμῶν. συντελεῖ δὲ εἰς τοῦτο μάλιστα καὶ ἡ τῶν νεφρῶν αὐτῶν κρᾶσις, ὅταν οἷον πυρῶδές τε καὶ δριμὺ τὸ κατ᾽ αὐτοὺς ᾖ θερμόν. ἐκ τούτου δὲ τοῦ γένους εἰσὶ καὶ οἱ τοῖς ἀρθριτικοῖς γενόμενοι πῶροι. ῥεῖ γὰρ ἀεὶ τὸ περιττεῦον ἐν τῷ σώματι πᾶν εἰς τοὺς ἀσθενεστάτους τόπους, ἐργάζεταί τε ἐν αὐτοῖς πάθος κατὰ τὴν αὐτοῦ φύσιν. εἰρήσεται δὲ αὖθις ἐν τῷ περὶ γάλακτος λόγῳ περὶ πάσης αὐτοῦ τῆς χρήσεως, ὥσπερ γε καὶ περὶ τῶν παχυνόν-

triticea farina lacti mista constat, scito ex iis esse, quae intus obstruunt. Ut igitur cibi hujusmodi omnes boni sunt succi et multi alimenti, ita eos, qui ipsis assidue utuntur, laedunt obstructiones in hepate parientes et in renibus calculos gignentes. Quum enim humor crudus lentorem assumpsit, et transitus per renes quibusdam natura sint angusti, ibi, quod crassissimum est ac maxime lentum, diutius moratum tophum prompte gignit; cujusmodi in vasis, in quibus aquam calefacimus, accrescit, aut ad saxa affigitur in plerisque aquis calidis sponte nascentibus. Confert autem ad id maxime renum ipsorum temperamentum, quando ipsorum calor acris fuerit ac velut igneus. Ex eo autem genere sunt et tophi, qui in arthriticis generantur; fluit enim semper, quod in corpore redundat, in partes imbecillimas, pro suaque ipsius natura in ipsis affectum excitat. Caeterum quum postea de lacte agemus, de omni ipsius usu trademus, quemad-

των ἐδεσμάτων, ἐπειδὴ καὶ ἄλλα τινὰ τῆς τοιαύτης ἐστὶ δυνάμεως.

Κεφ. ϛʹ. [314] Τοῦ γένους τῶν πυρῶν ἐστιν ὁ χόνδρος, ἱκανῶς τρόφιμόν τε καὶ γλίσχρον ἔχων χυμὸν, ἐάν τε ἐν ὕδατι μόνον ἑψηθὲν λαμβάνηται δι' οἰνομέλιτος, ἢ οἴνου γλυκέος, ἢ καὶ στύφοντος, (ἴδιος γὰρ ἕκαστος καιρὸς τῆς χρήσεως,) ἐάν τε τορυνηθὲν μετ' ἐλαίου καὶ ἁλῶν. ἐμβάλλεται δέ ποτε καὶ ὄξος αὐτῷ. καὶ καλοῦσιν οἱ ἰατροὶ τὸν κατασκευασθέντα τοῦτον χόνδρον, πτισάνης γεγονέναι τὴν ἄρτυσιν. ἔνιοι δὲ ἐκ χόνδρου πτισάνης τεθράφθαι φασὶν τὸν κάμνοντα. τῶν παλαιῶν δὲ ἔνιοι, καθάπερ Διοκλῆς καὶ Φιλότιμος, ὀνομάζουσιν πτισάνην πυρίνην τὸν οὕτως ἐσκευασμένον χόνδρον. διὰ τοῦτο καὶ τὸ ὄνομα αὐτοῦ σπάνιόν ἐστι παρὰ τοῖς παλαιοῖς, ὥσπερ καὶ τὸ τοῦ σιτανίου· τῇ γὰρ κοινῇ προσηγορίᾳ τὸν πυρὸν ὀνομάζουσιν αὐτόν. εἴρηται δὲ ἐν τῷ περὶ διαίτης Ἱπποκράτους, τοὺς ἐκ τοῦ χόνδρου κατασκευαζομένους ἄρτους τροφιμωτάτους μὲν εἶναι, διαχωρεῖν δὲ ἧττον· εἴρηται δὲ, ὅτι σεμίδαλις καὶ χόνδρος

modum certe et de cibis incraffantibus; quandoquidem et alia quaedam funt, quae eam habent facultatem.

Cap. VI. Alica ex genere eft tritici, valenterque nutrit, fuccumque lentum habet, five in aqua duntaxat coctam cum mulfo, aut vino dulci, aut etiam adftringente, (nam his quoque fuo proprio tempore utimur,) five cum oleo faleque frixam fumas. Nonnunquam autem et acetum illi injicitur, atque praeparatam eo modo alicam medici ptifanae confectionem fuiffe dictitant; quidam autem dicunt, ex alicae ptifana aegrotum fuiffe cibatum; veterum vero nonnulli, ut Diocles et Philotimus, ptifanam triticeam alicam hoc modo ftructam appellitant. Quapropter ejus nomen apud antiquos eft rarum, quemadmodum et nomen fitanii; ipfum enim communi appellatione triticum nuncupant. Dictum porro eft in libro Hippocratis de ratione victus, panes ex alica factos plurimi effe alimenti, fed minus fubfidere; praeterea fimilaginem et alicam coctam valentis ac multi effe

ἑφθὸς ἰσχυρὰ καὶ τρόφιμα. φυλάττεσθαί τε τοίνυν προσήκει καὶ τούτου τὴν πολλὴν χρῆσιν, καὶ τοῦτο οἷς εὐέμφρακτόν ἐστι τὸ ἧπαρ, ἢ νεφροὶ πρὸς τὸ γεννῆσαι λίθους ἐπιτήδειοι, μάλιστα δὲ προσέχειν τὸν νοῦν τοῖς σκευαζομένοις ῥοφήμασιν ἐκ τοῦ καλουμένου πλυτοῦ χόνδρου. χυλὸς μὲν γάρ ἐστιν οὗτος αὐτοῦ μεμιγμένος ὕδατι, πλείστης δὲ ἑψήσεως δεόμενος ἐξαπατᾷ μὲν τοὺς σκευάζοντας, ὡς αὐτάρκως ἑψημένος, οὐ μικρῶς δὲ βλάπτει τοὺς νοσοῦντας, οἷς περ δὴ καὶ παρασκευάζουσιν αὐτόν· ἐν τάχει γὰρ συνίσταται καὶ παχύνεται διὰ τὸ κολλῶδες εἶναι. χρὴ τοίνυν ὕδατι πολλῷ μιγνύντας ἐπ᾽ ἀνθράκων ἕψειν, ἐπὶ πλεῖστον κινοῦντας, ἄχρις ἂν ἀκριβῶς ἑψηθῇ, τηνικαῦτα δὲ ἐπεμβάλλειν ἤδη καὶ τῶν ἁλῶν. τὸ δὲ ἔλαιον, εἰ καὶ κατ᾽ ἀρχὴν εὐθέως ἐπιμίξαις, οὐδὲν βλάπτει. ἀλλὰ τοῦτο μὲν ἐν παρέργῳ λελέχθω θεραπευτικῇ προσῆκον, οὐ τῷ νῦν ἐνεστῶτι πράγματι. τοῖς δ᾽ ὑγιαίνουσιν, ὅταν ποτὲ κατὰ δῆξιν σφοδρὰν γαστρὸς ἢ χολωδῶν πολλῶν διέξοδον ἤ τι τοιοῦτο δεηθῶσι ῥοφήματος, ἕψοντας ἄχρι πλείστου τὸν χόνδρον,

alimenti: proinde ufum hujus multum vitare convenit, eisque potiffimum, quibus jecur facile obftruitur, aut renes calculis gignendis funt appofiti. Maxime praeterea intentos effe convenit iis forbitionibus, quae ex alica lota nuncupata parantur; fuccus namque ipfius hic eft aquae commixtus, qui quum coctionem poftulet plurimam, praeparantibus quidem ipfum, quafi fatis coctus fit, imponit, aegrotos vero, quibus ipfum parant, laedit non minimum, celeriter enim, quod inftar glutinis fit lentus, concrefcit ac denfatur. Oportet igitur ipfum multa aqua admixtum fuper carbonibus coquere, plurimum movendo, quoad exacte coctus fuerit, tum vero falis quidpiam etiam injicere; oleum autem, etiamfi initio ftatim immifcueris, nihil fuerit incommodi. Sed id quidem obiter fit dictum; ad medendi enim rationem, non ad praefens inftitutum pertinet. Quod fi quando fani ob vehementem ventris mordicationem, five ob biliofi humoris multi tranfitum, five ob aliud id genus forbitione eguerint,

ὡς γενέσθαι τακερὸν, εἶτα τορυνήσαντας, εἶτα ταράξαντας, ὡς ὁμοιωθῆναι πτισάνης χυλῷ διηθημένῳ, τηνικαῦτα διδόναι ῥοφήν. ἡ δ' ἄρτυσις ἡ αὐτὴ τῷ πλυτῷ γίνεται χόνδρῳ.

Κεφ. ζ'. Εἰ μὴ καὶ αὐτὸς ἔφαγόν ποτε πυροὺς ἐν ὕδατι ἑψημένους, οὐκ ἂν ἤλπισά τινα χρείαν γενέσθαι τῆς ἐδωδῆς αὐτῶν. οὔτε γὰρ ἐν λιμῷ τις ἐπὶ τοιαύτην ἂν ἀφίκοιτο χρῆσιν, ἐνὸν, εἴπερ εὐπορεῖ πυρῶν, ἄρτους ἐξ αὐτῶν ποιήσασθαι, παρὰ δεῖπνον δὲ, καθάπερ ἐρεβίνθους ἑφθούς τε καὶ φρυκτοὺς ἐσθίουσιν ἐν χρείᾳ τῶν καλουμένων τραγημάτων, ἄλλα τέ τινα σπέρματα τὸν αὐτὸν τρόπον σκευάζοντες, οὕτως οὐδεὶς προσφέρεται πυρὸν ἑφθόν. διὰ ταῦ-
(310) τα μὲν οὖν οὐδ' ἂν ἤλπισά τινα πυρὸν ἑφθὸν ἐδηδοκέναι. ἐπεὶ δὲ καὶ αὐτὸς ἐγὼ, πορευθείς ποτε εἰς ἀγρὸν οὐκ ἐγγὺς τῆς πόλεως ὄντα μετὰ δυοῖν μειρακίοιν τὴν αὐτὴν ἡλικίαν ἀγόντων ἐμοὶ, κατέλαβον ἤδη δεδειπνηκότας τοὺς ἀγροίκους, καὶ μελλούσας ἀρτοποιεῖσθαι τὰς γυναῖκας, (ἠπόρουν γὰρ ἄρτου,) παραχρῆμά τις αὐτῶν ἐμβαλὼν εἰς χύτραν

iis alicam plurimum coctam, usque dum extabuerit, deinde colatam atque ita comparatam, ut ptifanae fucco colato fit perfimilis, forbendam tunc exhibeto. Eadem autem lotae alicae parandae eft ratio.

Cap. VII. Nifi ipfe aliquando triticum in aqua elixum comediffem, nunquam aliquem ejus usum in cibo effe crediddiffem; neque enim, fame graffante, ad hunc utendi modum quis acceflerit, quum, fuppetente tritico, panem eo facere poffit, in coena vero, quemadmodum elixum frixumve cicer et alia quaedam femina fimiliter parata pro tragematibus, quae vocant, fumuntur, ita triticum elixum a nemine fumitur. Ob eas fane caufas nunquam credidiffem quempiam triticum elixum efitaffe. Quum autem et ipse aliquando rus procul ab urbe cum duobus adolefcentibus meis coaetaneis profectus rufticos jam coenatos deprehendiffem, et mulieres fefe, ut panem facerent, accingere, (pane enim carebant,) unusque ex ipfis repente triticum in ollam conjectum coxiffet,

[315] πυροὺς ἥψησεν, εἶθ' ἡδύνας ἅλσὶ μετρίοις ἐσθίειν ἡμᾶς ἠξίωσεν. ἐμέλλομεν δὲ, ὡς τὸ εἰκὸς, αὐτὸ ποιήσειν ὡδοιπορηκότες τε καὶ πεινῶντες. ἐφάγομέν τε οὖν αὐτῶν δαψιλῶς, ᾐσθανόμεθά τε κατὰ τὴν γαστέρα βάρους, ὡς δοκεῖν ἐγκεῖσθαι πηλὸν αὐτῇ. καὶ κατὰ τὴν ὑστεραίαν ἠπεπτηκότες, ἀνόρεκτοι δι' ὅλης ἡμέρας ἦμεν, ὡς μηδὲν δύνασθαι προσενέγκασθαι, καὶ πνεύματος φυσώδους μεστοὶ, κεφαλαλγεῖς τε καὶ βλέποντες ἀχλυῶδες, οὐδὲ γὰρ ὑπεχώρει τι κάτω, ὃ μόνον ἐστὶν ἄκος ἐπὶ ταῖς ἀπεψίαις. ἠρώτουν οὖν τοὺς ἀγροίκους, εἰ καὶ αὐτοί ποτε πυρὸν ἑφθὸν ἔφαγον, ὅπως διετέθησαν. οἱ δὲ καὶ πολλάκις ἐδηδοκέναι κατὰ τὴν αὐτὴν ἀνάγκην ἔφασαν, ᾗ καὶ τόθ' ἡμεῖς συνήχθημεν, εἶναί τε βαρὺ καὶ δύσπεπτον ἔδεσμα τοὺς οὕτω σκευασθέντας πυρούς. ἦν δέ γε τοῦτο καὶ μὴ πειραθέντας λογίσασθαι πρόδηλον. ὅπου γὰρ οὐδὲ τὸ ἄλευρον αὐτῶν ἐσθιόμενον, ὡς εἴπομεν ἔμπροσθεν, εὔπεπτόν ἐστιν, εἰ μὴ κατεργασθείη δι' ἁλῶν, καὶ ζύμης, καὶ φυράσεως, καὶ τρίψεως, καὶ κλιβάνου, πῶς οὐκ ἄν τις ἐννοήσειεν τοὺς ἀκατεργάστους

deinde fale mediocri conditum, ut ederemus, effet hortatus, (cogebamur autem id facere, ut par eft, qui nimirum iter confeceramus atque efuriebamus,) abunde certe comedimus, pondus tamen in ventriculo fenfimus, ut lutum ipfi incumbere videretur. Et quum poftero die non coxiffemus, totum diem cibum ita faftidivimus, ut nihil edere potuerimus, praeterea flatulento fpiritu eramus pleni, caputque dolebat, et oculi caligabant; neque enim per alvum quicquam excreveramus, quod unicum in cruditatibus eft remedium. Rogabam igitur rufticos, num et ipfi aliquando elixum triticum ediffent; tum quonam pacto fuiffent ab illo affecti. Illi vero et efitaffe frequenter eadem qua nos neceffitate compulfos refponderunt, triticumque ita praeparatum grave et concoctu difficile effe edulium: quod fane vel citra experimentum colligi facile poterat. Quando enim ne ipfius quidem fumpta farina (ut ante retulimus) concoctu fit facilis, nifi per falem, fermentum, mifturam, triturationem clibanumque elaborata fuerit, quis non

ἰσχυροτάτους εἶναι; δύναμίν γε μὴν ἔχουσιν μεγάλην, εἰ πεφθεῖεν οἱ οὕτω βρωθέντες πυροὶ, καὶ τρέφοντες ἰσχυρῶς τὸ σῶμα, καὶ ῥώμην ἐπίσημον παρεχόμενοι τοῖς προσενηνεγμένοις αὐτούς.

Κεφ. η'. [Περὶ ἀμύλου] Ἐκ πυρῶν τοῦτο σκευάζεται, δύναμιν ἔχον ὁμαλυντικὴν τῶν τετραχυσμένων. ὑπάρχει δὲ κοινὸν τοῦτο τοὔργον ἁπάσαις ταῖς οὐσίαις, ὅσαι ξηραὶ κατὰ τὴν σύστασιν οὖσαι μήτε στύψιν ἔχουσι, μήτε δριμύτητα, μήτε ἄλλην τινὰ δύναμιν ἐπιφανῆ· καὶ καλοῦσιν ἀποίους εἰκότως οὔσας τοιαύτας ὡς πρὸς αἴσθησιν. ἔστι δὲ κἀν ταῖς ὑγραῖς οὐσίαις τὸ ὕδωρ τοιοῦτον. παραπλήσιον δ' ἐστὶ δυνάμει τοῖς πλυτοῖς ἄρτοις τὸ ἄμυλον, ἐλάττονα δὲ τροφὴν δίδωσιν τῷ σώματι τῶν ἀπλύτων ἄρτων τούτων, καὶ μὴ θερμαίνουσαν, ὥσπερ οὐδὲ ἐκεῖνοι, τῶν ἄλλων ἄρτων θερμαινόντων. τοῖς μὲν γὰρ ἐξ ὕδατος ἑψημένοις πυροῖς οὐδὲ παραβάλλειν αὐτὸ χρὴ, σαφῶς θερμαίνουσί τε καὶ τρέφουσιν, εἰ πεφθεῖεν, ἰσχυρῶς, οὖσί τε δυσπέπτοις, ὡς εἴρηται.

intelligat, illaboratum triticum esse contumacissimum? Vires tamen triticum habet magnas, si sic sumptum concoquatur, nutritque valide corpus, ac robur insigne iis, qui ipso usi fuerint, conciliat.

Cap. VIII. Amylum ex tritico conficitur, partes exasperatas laevigandi vim obtinens, quae substantiis omnibus consistentia siccis est communis, quae neque astrictionem, neque acrimoniam, neque aliam quamvis facultatem habent insignem, quas substantias jure qualitatis, quae sensu deprehendi queat, expertes appellant, qualis inter humidas substantias est aqua. Caeterum amylum similem panibus lotis habet facultatem; minus enim his non lotis corpori praebet alimentum, et non calefaciens, veluti neque calefaciunt etiam illi, quum caeteri panes calefaciant. Quod vero ad triticum in aqua elixum attinet, cum eo amylum ne conferendum quidem est, quum palam id tum calefaciat, tum valenter nutriat, si concoctum fuerit, quum tamen, ut diximus, difficile concoquatur.

Κεφ. θ'. [Περὶ κριθῶν καὶ πτισάνης.] Πολλὴ καὶ τούτου τοῦ σπέρματος ἡ χρεία τοῖς ἀνθρώποις ἐστὶν, οὐ τὴν αὐτὴν ἔχοντος δύναμιν τοῖς πυροῖς. ἐκεῖνοι μὲν γὰρ θερμαίνουσιν φανερῶς, τοῦτο δὲ οὐ μόνον ἀποκεχώρηκε τοῦ θερμαίνειν, ὥσπερ ἔνια μεταξὺ τοῦ θερμαίνειν καὶ ψύχειν ὄντα, καθάπερ ἄμυλόν τε καὶ ὁ πλυτὸς ἄρτος, ἀλλὰ καὶ ψυκτικὸν ἔχειν τι φαίνεται κατὰ πάντας τοὺς τρόπους τῆς χρήσεως, ἐάν τε ἄρτους ἐξ αὐτῶν τύχῃ τις σκευάσας, ἐάν τε πτισάνην ἑψήσας, ἐάν τε ἄλφιτα ποιησάμενος. ἀποκεχώρηκε δὲ τῆς τῶν πυρῶν φύσεως καὶ κατὰ τὴν ἰδέαν τῶν χυμῶν, ἣν ἑκάτερον αὐτῶν ἐργάζεσθαι πέφυκεν. οἱ μὲν γὰρ πυροὶ παχὺν ἡμῖν καὶ γλίσχρον, αἱ δὲ κριθαὶ λεπτὸν καὶ ῥυπτικὸν ἔχοντά τι γεννῶσι χυμόν. οὐδέποτε μὲν οὖν θερμαίνουσι τὸ σῶμα κατ' [316] οὐδένα τρόπον σκευασίας, ὑγραίνουσι δὲ καὶ ξηραίνουσι διαφόρως σκευασθεῖσαι. τὸ μὲν γὰρ ἄλφιτον ἐκ τῆς φρυγείσης κριθῆς γενόμενον ἐναργῶς φαίνεται ξηραῖνον. ἡ πτισάνη δὲ ὑγραίνει, ὅταν γ', ὡς προσήκει, σκευασθῇ, τουτέστιν ὅταν ἐπὶ πλεῖστον ἀνοιδήσασα τύχῃ κατὰ τὴν ἕψησιν, εἶτα μετὰ

Cap. IX. [De hordo et ptifana.] Hoc item femen in ufu frequenti apud homines eft, quod non eandem cum tritico habet facultatem, liquidem illud palam calefacit, hoc vero non modo non calefacit, (quomodo nonnulla, quae in medio funt calefacientium et refrigerantium, ut amylum et panis lotus,) fed, quoquo modo ipfo utare, five panes ex ipfo feceris, five ptifanam coxeris, five polentam feceris, vim quandam refrigerandi habere cernitur. Diffidet praeterea a tritici natura fucci fpecie, quam utrumque ipforum gignere confuevit; fiquidem triticum craffum ac lentum, hordeum autem tenuem et nonnihil deterforium fuccum in nobis gignit. Quoquo igitur modo hordeum paraveris, nunquam corpus calefacit, fed varie pro modo praeparationis humectat ac ficcat; quandoquidem polenta, quae ex frixo hordeo eft facta, ficcare perfpicue cernitur, ptifana autem humectat quum faltem, ut decet, fuerit parata, hoc eft, quum in coctione quam plurimum intumuerit, poftea igne lento per multum otium in chylum

ταῦτα διὰ μαλακοῦ πυρὸς ἄχρι πολλοῦ χυλωθεῖσα. μίγνυται δὲ αὐτῇ κατ᾽ ἐκεῖνον τὸν καιρὸν ὄξος, ὅταν ἀνοιδήσῃ τελέως. ἑφθῆς δὲ ἀκριβῶς γενομένης ἐπεμβάλλειν χρὴ τοὺς ἅλας λεπτοὺς, οὐ πολὺ πρὸ τῆς ἐδωδῆς. ἔλαιον δὲ εἰ καὶ κατ᾽ ἀρχὴν εὐθέως ἐμβάλλοις, οὐ βλάψεις τὴν ἕψησιν. οὐ μὴν ἄλλο τί γε χρὴ μιγνύειν, ὅτι μὴ πράσου βραχὺ καὶ ἀνήθου, καὶ ταῦτα εὐθὺς ἐν ἀρχῇ. κάκιστα δ᾽ ὁρῶ σκευαζομένην τὴν πτισάνην ὑπὸ τῶν μαγείρων πάντων· ἐν τῇ θυίᾳ γὰρ τρίβοντες αὐτὴν ὠμὴν, οὐκ ἐπὶ τοῦ πυρὸς ἕψοντες διαλύουσιν. ἐπεμβάλλουσιν δέ τινες καὶ ἀμύλου, χάριν τοῦ δόξαι διὰ τῆς ἑψήσεως ἱκανῶς κεχυλῶσθαι. φυσωδεστάτη οὖν εἰκότως ἡ τοιαύτη γίνεται καὶ δύσπεπτος ἱκανῶς. ὃ δ᾽ οὐκ εἶπον ἐν τῇ καλῶς γινομένῃ σκευασίᾳ, προσθεῖναι προσήκει. προδιαβρέξαντας ὕδατι τὴν ὠμὴν πτισάνην ἐπ᾽ ὀλίγον, εἶτ᾽ ἐμβάλλοντας θυίᾳ, τρίβειν χρὴ διὰ τῶν χειρῶν ἐχουσῶν ἐν αὐταῖς τι τραχὺ, καθάπερ ὁ σπάρτος ὀνομαζόμενός ἐστιν, ἐξ οὗ πλέκουσιν ὑποδήματα τοῖς ὑποζυγίοις. ὅρος δ᾽ ἔστω τῆς τρίψεως ἀποῤῥύψαι τὸ περικείμενον λέμμα.

fuerit redacta; acetum autem ei tunc admifcetur, quum plane intumuerit; quum vero cocta exacte fuerit, fub edendi tempus falem tenuem injicere oportet; oleum autem fi initio ftatim injeceris, coctioni nil nocueris; aliud tamen nihil eft mifcendum, nifi velis anethi aut porri quidpiam, idque initio ftatim, immifcere. Video autem a cocis omnibus ptifanam peffime parari; in mortario namque crudam ipfam tundentes, non ad ignem coquentes diffolvunt; funt qui amylum etiam injiciant, ut per coctionem in chylum copiofum videatur effe redacta. Talis certe ptifana merito maxime eft flatulenta et concoctu admodum difficilis. Quae vero in ptifana recte paranda praetermifi, ea adjicere oportet. Crudam ptifanam aliquamdiu in aqua praemaceratam, deinde in mortarium injectam manibus terere convenit afperam quampiam rem in fe habentibus, cujusmodi eft, quod vocant fpartum, ex quo jumentis foleae nectuntur; usque eo autem terendum, dum praepofitus cortex fit abjectus, is enim, quo veftitur

πτισσομένης γὰρ τῆς κριθῆς ὁ περικείμενος αὐτῇ χιτὼν λεπτὸς οὐκ ἀποῤῥύπτεται πᾶς. διὰ τοῦτο οὖν προβρέχεται καὶ τρίβεται κατὰ τὴν θυίαν. ἐὰν δὲ μὴ πᾶν ἀποπέσῃ τὸ ἀχυρῶδες, ἡ ἑψηθεῖσα πτισάνη ῥυπτικωτέρα μὲν γίνεται, βλάβην δὲ οὐδεμίαν ἑτέραν λαμβάνει. χειρίστη δὲ σκευασία πτισάνης ἐστὶν, ὅταν οἱ μάγειροι τρίψαντες αὐτὴν ὠμὴν ἐν θυίᾳ μεθ᾽ ὕδατος, εἶθ᾽ ἑψήσαντες ἐπ᾽ ὀλίγον, ἐμβάλλωσι τὸ καλούμενον ἕψημά τε καὶ σίραιον· ἔνιοι δὲ καὶ μέλι καὶ κύμινον ἅμα τούτοις ἐπεμβάλλουσιν, κυκεῶνά τινα μᾶλλον ἢ πτισάνην παρασκευάζοντες. ἀλλ᾽ ἥ γε καλῶς σκευασθεῖσα τὰς ὑφ᾽ Ἱπποκράτους εἰρημένας παρέχεται χρείας ὑγιαίνουσί τε καὶ νοσοῦσιν ἀνθρώποις. τὸ γὰρ γλίσχρασμα, φησὶν, αὐτῆς λεῖον, καὶ συνεχὲς, καὶ προσηνές ἐστιν, καὶ ὀλισθηρὸν, καὶ πλαδαρὸν μετρίως, καὶ ἄδιψον, καὶ εὐέκκριτον, εἴ τι καὶ τούτου προσδέοι, καὶ οὔτε στύψιν ἔχον, οὔτε ἄραδον κακὸν, καὶ οὔτε ἀνοιδίσκεται ἐν τῇ κοιλίᾳ, ἀνῴδηκε γὰρ ἐν τῇ ἑψήσει, ὁπόσον πλεῖστον ἐπεφύκει διογκοῦσθαι. ταῦτα τοίνυν ἀρκεῖ περὶ τῆς πτισάνης δυνάμεως

ceu tenui tunica, non totus inter pinfendum abjicitur, quapropter et praemaceratur, et in mortario tunditur. Quod fi non quicquid eft paleae deciderit, elixa ptifana magis quidem deterget, nullam autem aliam noxam accipit. Peffima autem eft ptifanae praeparatio, quum, ubi coci crudam ipfam in mortario cum aqua contuderint deinde parumper coxerint, fapam injiciunt; quidam autem cum his mel quoque et cuminum injiciunt, confufam quandam mifturam verius quam ptifanam comparantes. Verum quae probe parata fuerit, utilitates, quas memorat Hippocrates, tum fanis, tum aegrotis hominibus praeftabit; fiquidem lentor ejus (ut inquit) levis, et continuus, et blandus eft, et lubricus, et humidus moderate, fitimque arcet, et ad abluendum, fi quid opus erit, eft idoneus, neque adftrictionem habet, neque tormina gignit, denique in ventriculo non exturgefcit, fi quidem inter coquendum intumuit, quantum plurimum intumefcere poterat. Haec certe nobis in praefentia de ptifanae facultate fuffecerint,

εἰρῆσθαι κατὰ τὴν ἐνεστῶσαν πραγματείαν, οὐ θεραπευτικὴν οὖσαν, ἀλλὰ τὰς δυνάμεις μόνας τῶν τροφῶν ἐξηγουμένην. ἐν παραδρομῇ δὲ τοῦ λόγου καὶ χρεῖαί τινες αὐτῶν διδάσκονται.

Κεφ. ι΄. Καιρὸς γοῦν μεταβαίνειν ἐπὶ τὸν περὶ τῶν κριθίνων ἄρτων λόγον, οὓς σκευάζουσιν οἱ ἄνθρωποι παραπλησίως τοῖς πυρίνοις. εἰσὶ δὲ οὐ μόνον τῶν πυρίνων, ἀλλὰ καὶ τῶν ὀλυρίνων, καὶ πολὺ μᾶλλον ἔτι τῶν τιφίνων ψαθυρώτεροι, μηδὲν ἐν αὑτοῖς ἔχοντες, ὥσπερ ἐκεῖνοι, γλίσχρον. εὔδηλον οὖν, ὅτι τροφὴν ὀλίγην παρέχουσι τῷ σώματι, (311) καὶ μάλιστα, ὅταν ἐκ φαυλοτέρων γένωνται κριθῶν, ἐξ ὧν ὁ Ἱπποκράτης οὐδὲ τὴν πτισάνην ἐκέλευσε σκευάζειν· οὐδὲ γὰρ ἀνιᾶσιν ἐξ αὑτῶν πολὺν χυλὸν ἑψόμεναι. κάλλισται δὲ εἰσιν αἱ λευκαὶ μετὰ τὸ πτισθῆναι φαινόμεναι, καί τι πυκνότητος ἔχουσαι [317] καὶ βάρους, ὅσον οἷόν τε κριθὴν ἔχειν. ἀμείνους δὲ δηλονότι καὶ τῶν ἰσχνῶν τε καὶ ῥυσσῶν αἱ πλήρη ὅλην καὶ τεταμένην ἔξωθεν ἔχουσαι τὴν περιγραφήν. ἀλλὰ τοῦτο μὲν ἁπάντων σπερμάτων κοινὸν ἔστω σοι γνώρισμα, πλὴν εἰ μή τι πάνυ σφόδρα πλειονά ποτε τοῦ

non medendi rationem tradentibus, fed alimentorum dumtaxat facultates explicantibus, quamquam in fermonis tranfcurfu ipforum ufum quoque attingimus.

Cap. X. Nuno certe ad hordeaceos panes tranfire fuerit tempeftivum, quos homines eodem, quo triticeos, modo parant. Sunt autem non modo triticeis, verum etiam olyrinis, et multo adhuc magis tiphinis friabiliores, nihil in fe lentoris, ut illi, habentes. Ex quo perfpicuum eft, quod exiguum corpori praebent alimentum, et potiffimum fi facti ex pejore hordeo fuerint, ex quo Hippocrates ne ptifanam quidem fieri voluit; neque enim, dum coquitur, fuccum copiofum ex fe ipfo emittit. Laudatiffimum autem eft, quod candidum, ubi piftum eft, apparet nonnihilque denfitatis ac ponderis, quantum hordeo datum eft, habet. Porro quod totum plenum eft, et circumfcriptionem externam habet tenfam, melius eo eft, quod gracile eft ac rugofum. Verum hoc quidem feminum omnium commune tibi efto indicium, nifi forte

κατὰ φύσιν ὄγκον ἔχοι ἅμα τῷ μαλακώτερον καὶ χαυνότερον γενέσθαι. περιττωματικὴν γὰρ ὑγρότητα ταῦτα ἔχειν ἴσθι, καὶ χείρω τῶν προειρημένων εἶναι. καὶ διὰ τοῦτο μετὰ τὴν συγκομιδὴν οὐ προσῆκεν αὐτοῖς χρῆσθαι, καταθέμενον δὲ ἐν τόποις ξηροῖς ἐᾶσαι ἐν χρόνῳ πλείονι τὸ μέν τι διαπνεῦσαι τῆς περιττῆς ὑγρότητος, τὸ δέ τι πεφθῆναι, μέχρις ἂν ξηραινόμενα προσταλῇ μετρίως. ἀποῤῥεῖ γὰρ ἁπάντων φυτῶν τε καὶ σπερμάτων καὶ καρπῶν, ἐπειδὰν συγκομισθέντα κέηται, πρῶτον μὲν ὅσον ἐν αὐτοῖς ὑδατῶδές τε καὶ λεπτὸν περίττωμα, μετὰ ταῦτα δὲ καὶ αὐτῆς τι τῆς κατὰ φύσιν ὑγρότητος. ἡνίκα γὰρ ξηροτέραν μὲν, ἢ προσῆκεν, τὴν οὐσίαν ἴσχῃ, καὶ χείρω γίνεται τῶν εἰς ἄκρον εὐεξίας ἡκόντων, οὐ μὴν ἤδη γ' ἐστὶ μοχθηρὰ παντάπασιν, ἀλλὰ καὶ χρησιμώτερα πρὸς ἐνίας διαθέσεις, ὅσαι ξηραίνεσθαι δέονται· τὰ δὲ ἐπὶ πλεῖστον ἀποκείμενα χείρω γίνονται ταῖς δυνάμεσιν. ὅρος δὲ καὶ τούτων, ὅταν διαιρούμενα καθάπερ τινὰ κόνιν λεπτὴν ἐκπίπτουσαν ἔχῃ. ταῦτα μὲν οὖν

aliquando molem multo, quam pro fua natura, habeant majorem, fintque molliora ac laxiora; fcito enim, ea humiditatem habere fuperfluam, praedictisque effe deteriora. Ob eamque caufam non convenit iis poft collectionem uti, fed, ubi ea in locis ficcis repofueris, diu ab eis abftinere, quo interea pars quidem humoris fuperflui exhalet, pars autem etiam coquatur, quoad ficcata mediocriter contrahantur. Defluit enim a plantis, feminibus et fructibus, poftquam collecta fuerint ac repofita, primum quidem quicquid ipfis aquofum eft ac tenue, poft autem et nonnihil humidi naturalis. Quum enim fubftantiam habent jufto ficciorem, funtque iis deteriora quae ad fummum bonae habitudinis pervenerunt, non tamen jam omnino funt prava; quin imo iis affectibus, quos ficcando corrigere oportet, funt utiliora. Quae autem diutiffime fuerunt repofita, vires habent imbecilliores. Hujus porro terminus fit, quum ab ipfis divifis quafi pulvis quidam tenuis excidit. Haec itaque femel nunc dicta

ἐπὶ πάντων ἔστω σοι διὰ μνήμης, ἅπαξ εἰρημένα νῦν. ἐμοὶ γὰρ οὐχ ἡδὺ πολλάκις ὑπὲρ τῶν αὐτῶν λέγειν τὰ αὐτὰ, πλὴν εἴ ποτε ἀναγκαῖον ἀναμνῆσαι φαίνοιτο τοῦ κεφαλαίου μόνου ψιλοῦ. περὶ δὲ τῶν ἐκ κριθῆς ἄρτων, ὑπὲρ ὧν ὁ λόγος ἦν, αὖθις ἀναλαβόντες εἴπωμεν, ὡς κἀν τούτοις εἰσὶ διαφοραί τινες ἀνάλογον τοῖς ἐπὶ τῶν πυρίνων ὀλίγον ἔμπροσθεν εἰρημένοις. ἅπαντες μὲν γὰρ ἀτροφώτεροι τῶν πυρίνων εἰσὶ πολλῷ· ἀλλ᾽ οἱ μὲν ἐκ τῶν ἀρίστων κριθῶν ἧττον τοῦτο πεπόνθασιν, οἱ δὲ ἐκ τῶν χαύνων τε καὶ κούφων ἀνάλογόν εἰσι τοῖς πιτυρίαις ἄρτοις. ὑπέρχονται δὲ κάτω κατὰ γαστέρα μάλιστα μὲν οἱ ἐκ τῶν τοιούτων κριθῶν, οὐχ ἥκιστα δὲ καὶ οἱ ἄλλοι, παραβαλλόμενοι τοῖς πυρίνοις. ὅσαι δὲ ἄλλαι μεταξὺ τούτων γίνονται σκευασίαι τῶν κριθίνων ἄρτων, αἱ αὐταὶ ταῖς ἐπὶ τῶν πυρίνων εἰρημέναις εἰσίν.

Κεφ. ια΄. Ἐκ τῶν νέων κριθῶν φρυγεισῶν συμμέτρως τὸ κάλλιστον ἄλφιτον γίνεται· τούτων δὲ ἀποροῦντες ἐνίοτε κἀκ τῶν ἄλλων αὐτὰ σκευάζομεν. εὐωδῶν δὲ ὄντων ἀπάν-

in omnibus memoria teneto; non enim libenter de iisdem saepe eadem repeto, nisi quando necesse videtur nudum dumtaxat caput memoriae causa repetere. Ad panes autem hordeaceos, de quibus dicere institueramus, reversi dicamus, in iis quoque quasdam esse differentias illis, quas paulo ante in triticeis recensuimus, respondentes. Omnes namque triticeis multo minus alunt; qui tamen ex praestantissimo hordeo conficiuntur, minus a triticeis in eo superantur; qui vero ex laxo ac levi, panibus furfuraceis respondent; panes autem ex hordeo hujusmodi citissime per alvum subducuntur, quod et reliquis non minimum accidit, si triticeis eos contuleris. Quae porro inter hos mediae panum hordeaceorum sunt praeparationes, similes sunt iis, quas in triticeis retulimus.

Cap. XI. Ex recenti hordeo mediocriter frixo laudatissima fit polenta, cujus si copia non sit, nonnunquam et ex aliis ipsam conficimus. Quum autem polenta

των, ὅσα καλῶς ἐσκευάσθη, μάλιστά ἐστιν εὐώδη τὰ ἐκ τῶν ἀρίστων καὶ νέων κριθῶν γιγνόμενα, μὴ πάνυ ξηρὸν ἐχουσῶν τὸν στάχυν. ἐν ἔθει δέ ἐστι πολλοῖς τῶν ὑγιαινόντων ἐπιπάττουσιν αὐτὰ σιραίῳ καὶ οἴνῳ γλυκεῖ καὶ οἰνομέλιτι κεκραμένοις καί ποτε καὶ ὕδατι μόνῳ πίνειν ἐν τῷ θέρει πρὸ δύο ἢ τριῶν ὡρῶν τοῦ λουτροῦ, καί φασιν αἰσθάνεσθαι τοῦ πόματος ἀδίψου· δι᾽ οἴνου γε μὴν αὐστηροῦ ποθέντα ξηραίνει γαστέρα. χρῶνται δὲ ἀλφίτοις ἔν τισι τῶν ἐθνῶν ἐν ἄρτου χρείᾳ, καθάπερ ἐπὶ τῶν ἀγρῶν εἶδον ἐν Κύπρῳ, καίτοι πλεῖστον γεωργοῦσι σῖτον. οἱ παλαιοὶ δὲ καὶ τοῖς στρατευομένοις ἄλφιτα παρεσκεύαζον. ἀλλ᾽ οὔτοι γε νῦν τὸ Ῥωμαίων στρατιωτικὸν ἀλφίτοις χρῆται, κατεγνωκὸς αὐτῶν ἀσθένειαν. ὀλίγην γὰρ τροφὴν δίδωσιν τῷ σώματι, τοῖς μὲν ἰδιωτικῶς διακειμένοις καὶ ἀγυμνάστοις αὐτάρκη, τοῖς δ᾽ ὁπωσοῦν γυμναζομένοις ἐνδεῆ. [318] γίγνονται δὲ ἐξ αὐτῶν ὑγρῶν φυραθέντων αἱ μᾶζαι, περὶ ὧν ἐφεξῆς ἐροῦμεν, ἐπειδὴ καὶ Φιλότιμος ἐπὶ πλέον ὑπὲρ

omnis, quae recte ſit facta, boni ſit odoris, ea eſt ſuaveolentiſſima, quae ex optimo ac recenti hordeo, et quod ariſtam non admodum habeat ſiccam, eſt confecta. Compluribus autem per ſanitatem mos eſt eam ſapa et vino dulci mulſoque commixtis, nonnunquam ſola etiam aqua conſperſam aeſtate duabus tribusve ante balneum horum bibere, ajuntque ſentire ſe hoc potu ſiti liberari. Si tamen cum vino auſtero fuerit epota, ventrem deſiccat. Polenta autem gentes quaedam pro pane utuntur; quod ego ruſticos in Cypro facere ſum conſpicatus, tametſi ii frumenti plurimum metant. Veteres autem militibus etiam polentam praebebant; Romani tamen milites ipſius imbecillitatem damnantes, ea non amplius nunc utuntur; exiguum enim corpori alimentum dat, privatis quidem et omni exercitatione abſtinentibus ſatis multum, iis autem, qui quoquomodo exercentur, minus quam ſat eſt. Porro ex iis humidis frixis fiunt mazae, de quibus deinceps diſſeremus, praeſertim quum Philotimus in pri-

αὐτῶν διελθὼν ἐν τῷ πρώτῳ περὶ τροφῶν ὅμως ἀδιόριστον εἴασεν τὸ χρησιμώτατον ἐν αὐτοῖς.

Κεφ. ιβ'. Τὴν δύναμιν ἑκάστου τῶν ἐδεσμάτων ἔνεστί σοι καὶ πρὸ τῆς διωρισμένης πείρας ἐκ τῆς φύσεως αὐτῶν τεκμαίρεσθαι. τίνι γὰρ ἀνδρὶ συνετῷ τὸ μὲν ἀκριβῶς λεπτὸν καὶ λευκὸν καὶ καθαρὸν ἁπάσης πιτυρώδους οὐσίας ἄλευρον οὐκ ἂν ἐνδείξαιτο καὶ κατὰ τὴν γαστέρα θᾶττόν τε καὶ μᾶλλον ἀλλοιοῦσθαι, καὶ διὰ τοῦτο πέττεσθαί τε κάλλιον, ἀναδίδοσθαί τε ῥᾷον, ἑτοιμότερόν τε τρέφειν, ὡς ἂν ὅλον ἐξομοιούμενόν τε καὶ προστιθέμενον τοῖς τρεφομένοις σώμασιν, ὅσον δ' ἐν αὐτοῖς πιτυρῶδές ἐστιν καὶ σκληρὸν, ὥσπερ ἐκτὸς φαίνεται μὴ διαλυόμενον ἐν ὕδατι, κατὰ τὸν αὐτὸν λόγον οὐδ' ἐν τῇ γαστρὶ διαλύεσθαι βρεχόμενον, ἀλλὰ διαμένειν ὅλον ἀδιαίρετόν τε καὶ ἀκατέργαστον, ὁποῖον ἐλήφθη; ταῦτ' οὖν οὔτε πέττεσθαι καλῶς δύναται, οὔτε ἀναδίδοσθαι διὰ τὸ μηδὲν ἁρμόττειν ὅλως τοῖς στόμασι τῶν εἰς τὴν γαστέρα τε καὶ ἔντερα καθηκουσῶν φλεβῶν. οἷς ἐξ ἀνάγκης ἕπεται, πλέον μὲν ἀπ' αὐτοῦ γίνε-

mo libro De alimentis de ipfis copiofius difputans, quod in eis tamen erat utiliffimum, indefinitum reliquerit.

Cap. XII. Cujusque eduliorum vires potes vel ante certam experientiam ex ipfius natura conjicere. Etenim perfpicacis ingenii viro farina, quae plane tenuis eft et alba et ab omni furfurea fubftantia pura, fatis intelligetur in ventriculo quoque citius ac magis alterari, eoque probius concoqui, et facilius in corpus diftribui, promptiusque nutrire, ut quae tota corporibus alendis affimiletur atque apponatur; quod autem in ipfa furfureum eft ac durum, ut extrinfecus in aqua diffolvi non cernitur, eadem ratione ne in ventriculo quidem madefactum diffolvitur, fed totum, ut fumptum fuerat, individuum permanet atque inconfectum. Hoc igitur non poteft nec probe concoqui nec diftribui, propterea quod venarum orificiis, quae tum ad ventriculum tum ad inteftina pertinent, neque apte cohaeret omnino, neque illabitur; quas res neceffario fequitur, tum ut major fter-

σθαι τὸ κυπρῶδες, ὑπιέναι δὲ θᾶττον αὐτῷ τε τῷ διὰ πλῆθος βάρει, καὶ προσέτι τῷ ῥυπτικὴν ἔχειν ποιότητα τὸ πιτυρῶδες ἅπαν. εὔδηλον οὖν ἐστι τῷ ταῦτ᾽ ἐννοήσαντι, τοσοῦτον ἀπολείπεσθαι μᾶζαν εἰς τροφὴν σώματος ἄρτων κριθίνων, ὅσον οὗτοι πυρίνων. ἐχούσης γὰρ ἤδη τῆς κριθῆς φύσει τὸ πιτυρῶδες οὐκ ὀλίγον, ἡ φρυγεῖσα ξηρότερον μὲν καὶ αὐτὸ τοῦτο καὶ δυσθραυστότερον ἴσχει, ξηρότερον δὲ καὶ τὸ τούτου κρεῖττον, ἐξ οὗ τὴν τροφὴν ἐλάμβανε τὸ σῶμα. κατὰ τοῦτ᾽ οὖν ἧττον πέττεται τῶν κριθίνων ἄρτων ἡ μᾶζα, καὶ φύσῃ μᾶλλον ἐμπίπλησι τὴν γαστέρα, καὶ εἰ ἐπὶ πλέον ἐν αὐτῇ μένοι, ταραχὴν ἐργάζεται. μᾶλλον δὲ διαχωρεῖ κάτω φυραθεῖσα καὶ τριφθεῖσα μέχρι πλέονος. εἰ δὲ καὶ μέλι προσλάβοι, θᾶττον ἔτι καὶ διὰ τοῦτο παρορμήσει τὴν γαστέρα πρὸς ἔκκρισιν. Φιλότιμος οὖν οἴεται, παχὺν καὶ κολλώδη καὶ ψυχρὸν ἐξ ἁπάσης μάζης γεννᾶσθαι χυμὸν, ὃν αὐτός τε καὶ ὁ διδάσκαλος αὐτοῦ Πραξαγόρας ὑαλώδη καλοῦσιν. τὸ δὲ οὐχ οὕτως ἔχει, μήτε τὸ γλίσχρον ἐχόντων

foris vis ex ipso acervetur; tum ut citius subsideat, partim propter ipsius copiae pondus, partim etiam quod furfureum omne qualitatem habeat detergentem. Quae omnia si quis reputet, intelliget tantum mazam in alendo corpore ab hordeaceis panibus relinqui, quantum hi a triticeis relinquuntur; quippe, quum hordeum suapte natura furfureum habeat non paucum, frixum jam illud ipsum habet tum siccius, tum fractu ac comminutu difficilius; siccius autem est id, quod in hoc est praestantius, ex quo corpus sumebat alimentum, quo fit, ut maza panibus hordeaceis aegrius coquatur, magisque ventriculum flatu impleat; in quo etiam si diutius manserit, turbationem excitat; citius autem subducitur, si pista diutius fuerit ac subacta; quod si mel quoque addatur, citius etiam ob id ventrem ad excretionem incitabit. Caeterum quod Philotimus opinatur, succum crassum, glutinosum ac frigidum ex omni maza generari, (quem ipse cum praeceptore suo Praxagora vitreum appellat,) secus profecto habet,

τῶν ἀλφίτων, ὅπερ ἐν χόνδρῳ μάλιστά ἐστι, μήτε τὸ τρόφιμον. ἐξαπατᾷ δὲ αὐτὸν ἡ ἐπὶ πλέον ἐν οἴνῳ γλυκεῖ καὶ σιραίῳ φυραθεῖσα χρόνῳ πολλῷ μᾶζα. τριπτὴν δ᾽ αὐτὴν ὀνομάζει, καθάπερ Ἀθηναῖοι. τὸ γὰρ ἐκ ταύτης ἀνάλογον τῷ πυρίνῳ σταιτὶ γιγνόμενον ὁλκιμόν ἐστιν καὶ κολλῶδες ἔκ τε τοῦ μεμαλάχθαι χρόνῳ πλείονι καὶ τοῦ μιχθέντος τοῖς ἀλφίτοις ὑγροῦ παχέος ὄντος. ὥσπερ δὲ τρίψις πολλὴ μεθ᾽ ὑγροῦ παχέος γενομένη γλίσχρον τῇ φαντασίᾳ τὸ τριφθὲν ἄλευρον ἐργάζεται, κἂν ἐκ κέγχρων ᾖ, κατὰ τὸν αὐτὸν λόγον ὁ χυλὸς τῆς πτισάνης φαίνεται γλίσχρος, οὐδὲν ἔχων ἐν αὐτῷ κολλῶδες οὐδ᾽ ἐμπλαστικὸν, ἀλλὰ ῥυπτικόν τε καὶ τμητικὸν, ὡς καὶ ἐπὶ τοῦ δέρματος ἡμῶν φαίνεται τὸν ῥύπον καθαίρων. εἰ δὲ καὶ ῥοφῆσαί τινι (312) δοὺς αὐτὸν ὀλίγον ὕστερον ἐμέσαι ποιήσειας, ἀποῤῥύψει τε τὸ περιεχόμενον ἐν τῇ γαστρὶ φλέγμα, καὶ συνεκβαλεῖ πάντ᾽ αὐτῷ κατὰ τὸν ἔμετον.

Κεφ. ιγ΄. [519] Μνησίθεος μὲν ἐν τῇ τρίτῃ τάξει τίθεται τὰς τίφας ἐπὶ πυροῖς τε καὶ κριθαῖς· Διοκλῆς δὲ ἀμελέστε-

quum polenta, neque lentorem habeat, quod alicae ineft maxime, nec multum nutriat. At illum fefellit maza copiofior ac diutius in vino dulci et fapa macerata, quam ipfe, quemadmodum Athenienfes, tritam appellavit; quod enim in ea triticeae maffae refpondet, ductile eft ac glutinofum quum ob diuturnam macerationem, tum ob humoris polentae commixti craffitiem. Quemadmodum autem tritura multa cum craffo liquore facit, ut trita farina lenta appareat, etiamfi ea ex milio fit, ad eundem modum fuccus ptifanae apparet lentus, tametfi nihil in fefe habeat glutinofum neque emplafticum, fed contra detergens atque incidens, adeo ut in cute noftra videatur fordes eluere. Sin autem, poftquam alicui forbendam ipfam exhibueris, vomere ipfum feceris, pituitam, quae in ventriculo continebatur, detergebit, et omnia vomitu fimul cum ea ejiciet.

Cap. XIII. Mnefitheus quidem tiphas tertio loco poft triticum et hordeum numerat; Diocles autem de ipfis

ρον ὑπὲρ αὐτῶν διῆλθε, τὸ σύντομον ἐν τῇ γραφῇ προτιμήσας τοῦ κατὰ διέξοδον ἀκριβοῦς. οὕτω γοῦν καὶ περὶ πυρῶν καὶ κριθῶν ἄλλων τε πολλῶν ἔγραψεν συντεμὼν τὸν λόγον. ὀλίγῳ δὲ μακρότερον τοῦ Διοκλέους ὑπὲρ αὐτῶν ὅ τε Πραξαγόρας καὶ ὁ Μνησίθεος ἔγραψαν, ἐλλιπῶς μέντοι καὶ αὐτοί. Φιλότιμος δὲ περί τινων μακρῶς πάνυ, περί τινων ἐλλιπῶς, ἐνίων δὲ οὐδ' ὅλως ἐμνημόνευσεν, ὥσπερ οὐδὲ περὶ τῆς ζειᾶς. εὔδηλον δ', ὅτι μηδὲ ὁ Πραξαγόρας ὁ διδάσκαλος αὐτοῦ. παρέλιπε μὲν γὰρ οὐδὲν ὧν ἐκεῖνος εἶπεν ὁ Φιλότιμος, ἐξεργάζεται δὲ καὶ προστίθησι πολλά. θαυμάσαι δ' ἔστιν, ὅτι μηδὲ ὁ τὸ περὶ διαίτης ἐπιγεγραμμένον Ἱπποκράτει συνθεὶς, ὅστις ποτ' ἦν ἀνὴρ παλαιὸς, ἐμνημόνευσε τοῦ τῶν ζειῶν ὀνόματος. καὶ γὰρ, εἰ τὰς τίφας ἡγεῖτο καλεῖσθαι ζειὰς ὑπό τινων, ἐχρῆν αὐτὸ τοῦτο δηλῶσαι. βέλτιον δ' ἴσως ἐστὶν καὶ τὰς ῥήσεις αὐτῶν παραγράψαι. Διοκλῆς μὲν οὖν οὕτως ἔγραψεν ἐν τῷ πρώτῳ τῶν πρὸς Πλείσταρχον ὑγιεινῶν, ἐν ᾧ διέρχεται τὰς τῶν σιτίων

tradit negligentius, compendiosum scribendi genus diffusae accurataeque explanationi praeponens; eodem certe compendio de tritico, hordeo aliisque multis tradidit. Paulo autem de his Praxagoras ac Mnesitheus, quam Diocles, copiosius scripserunt, attamen ne ipsi quidem satisfaciunt. Philotimus vero de quibusdam admodum copiose, de aliis autem egit jejune; sunt et quorum ne meminit quidem, quemadmodum nec zeiae. Perspicuum autem est, quod nec praeceptor ejus Praxagoras; quandoquidem Philotimus non modo eorum, quae ille scripsisset, nihil praetermisit, sed pleraque etiam perpolivit atque adjunxit. Illud vero mirum videri debet, quod ne is quidem, qui librum de ratione victus composuit, qui Hippocrati est adscriptus, (quisquis is vir antiquus fuerit,) nominis zeiae mentionem unquam fecerit; quod si tiphas a nonnullis putabat appellari zeias, id ipsum significasse oportuit. Verum satius forte fuerit ipsorum verba ascripsisse. Diocles ergo in primo libro de sanitate tuenda ad Plistarchum (in quo ciborum facultates explicat) sic scribit:

δυνάμεις· μετὰ δὲ τὰς κριθὰς καὶ τοὺς πυροὺς ἑπόμενα ταῖς ἀρεταῖς ἐστι μάλιστα τῶν ἄλλων ὄλυραι, τίφαι, ζειαὶ, μέλινος, κέγχρος. ἔν τισι δὲ τῶν ἀντιγράφων οὐδ᾽ ὅλως αἱ ζειαὶ φέρονται, καὶ μέντοι καὶ τὸ ταῖς ἀρεταῖς ἔν τισιν οὐχ οὕτως, ἀλλὰ χρείαις γέγραπται κατὰ τοῦτον τὸν τρόπον· μετὰ δὲ τὰς κριθὰς καὶ τοὺς πυρους ἑπόμενα ταῖς χρείαις ἐστὶ μάλιστα τῶν ἄλλων ὄλυραι, τίφαι, μέλινος, κέγχρος, ὡς ἄλλου μέν τινος σπέρματος τῆς ὀλύρας οὔσης, ἄλλου δὲ τῆς τίφης. ὁ δὲ Μνησίθεος ἐφ᾽ ἑνὶ σπέρματι δύο φησὶν ὀνόματα κεῖσθαι γράφων οὕτως· τῶν δὲ σπερμάτων εὐφυέστατα μέν ἐστιν εἰς τροφὴν πυροὶ καὶ κριθαί. πρὸς δὲ τούτοις ἐχόμενον λέγεται μὲν διττῶς, ἔστι δὲ ταὐτόν· οἱ μὲν γὰρ τίφας, οἱ δὲ ὀλύρας καλοῦσιν. τούτοις δ᾽ ἐφεξῆς τόδε γράφει· μετὰ δὲ ταῦτα ζειαὶ, καὶ κέγχροι, καὶ μέλιναι. Διοκλεῖ μὲν οὖν ἤρκεσεν ἐκεῖνα μόνα περί τε τιφῶν καὶ ὀλυρῶν εἰπεῖν, ὅσα παρεθέμην ἀρτίως. Μνησίθεος δὲ καὶ τὸν κατὰ μέρος ὑπὲρ αὐτῶν λόγον ἐφεξῆς διῆλθεν, πρῶτον μὲν γράψας περὶ πυρῶν τε καὶ κριθῶν, ἐφεξῆς δὲ περὶ τῶν

Post hordeum autem ac triticum facultatibus sequuntur omnium maxime olyrae, tiphae, zeiae, panicum, milium. In quibusdam autem exemplaribus zeiae nomen omnino non est, quin et in quibusdam non facultatibus, sed utilitatibus scriptum est hoc modo: *Post hordeum ac triticum utilitatibus sequuntur omnium maxime olyrae, tiphae, panicum et milium;* perinde ac si olyra semen esset a tipha diversum. Mnesitheus autem uno semine duo nomina ait contineri, scribens ad hunc modum: *Ex seminibus ad nutritionem sunt appositissima triticum et hordeum; quod autem haec deinceps sequitur, duplici quidem nomine nuncupatur, eadem tamen res est, alii enim tipham, alii olyram nominant.* Deinceps ista adjungit: *Post haec autem sunt zeia, milium et panicum.* Diocli certe ea de tipha et olyra scribere, quae modo ascripsi, satis visum fuit; Mnesitheus vero particulatim quoque de iis postea tractavit, primum quidem de tritico et hordeo,

τιφῶν ὧδέ πως αὐτοῖς ὀνόμασι. τῶν δ᾽ ἄλλων σπερμάτων βέλτιστον μὲν ἡ τίφη, καὶ γὰρ ἱκανῶς τρέφει, καὶ οὐ μετὰ πολλοῦ πέττεται πόνου, τὸν δὲ τῶν ζειῶν ἄρτον ἄδην μὲν ἐσθίων οὐδεὶς ἂν ὑγιαίνοι, τῶν δ᾽ ἀσυνήθων τῆς ἐδωδῆς ταύτης, οὐδ᾽ εἰ παντάπασιν ὀλίγον· ἔστι γὰρ βαρὺ καὶ δύσπεπτον. οἱ δὲ δυσχείμερον ἔχοντες χώραν ἀναγκάζονται τρέφεσθαι τούτῳ, καὶ σπείρειν αὐτὸ, διὰ τὸ μάλιστα ἀντέχειν τοῖς ψύχεσιν. αὐτοὶ δὲ πρῶτον μὲν ὀλίγον ἐθίζονται προσφέρεσθαι, καὶ διὰ τὸ μὴ εὐῶδες εἶναι τὸ βρῶμα, καὶ διὰ τὴν σπάνιν τῆς εὐκαρπίας ἐν ταῖς τοιαύταις χώραις. εἶτα δὲ διὰ τὸ σύνηθες εἶναι τὸ βρῶμα ποιεῖ ῥᾷστα τοῖς σώμασι τὴν κατεργασίαν. καθόλου δὲ βαρὺ μὲν καὶ δύσπεπτον, ἰσχυρὸν δὲ καὶ ὑμενῶδες τὴν ζειὰν εἶναι λεκτέον. ἐν τούτοις ὁ Μνησίθεος σαφέστατα δεδήλωκεν, ὁποῖόν τι σπέρμα βούλεται καλεῖσθαι ζειὰν ἐν ψυχραῖς χώραις γεωργουμένην. ἐγὼ δὲ οὔτε αὐτὸς εἶδον πάσας δυσχειμέρους χώρας, οὔτε παρ᾽ ἄλλου τινὸς ἤκουσα τῶν ἑωρακότων αὐτὰς

mox de tiphis, fcribens his verbis: *Reliquorum vero feminum tipha quidem eſt optima, nam et nutrit admodum, neque magno negotio conficitur. Panem autem ex zeia nemo affatim citra fanitatis dispendium mandit; quod fi quis ei pani non affueverit, etiamfi minimum fumpferit, aegrotabit; eſt enim gravis et concoctu difficilis. Qui vero regionem colunt vehementer frigidam, eo femine coguntur nutriri, ipfumque ferere, quod frigoribus perſtrenue reſiſtat. Atque hi principio quidem paulatim edere affuefcunt, tum quia ingrati odoris eſt cibus, tum quia rarus eſt in ejusmodi regionibus frugum proventus; poſt autem, quod familiare ſit edulium, accidit, ut facillime in corporibus conficiatur. In fumma autem ſtatuere oportet, zeiam gravem eſſe, ac concoctu difficilem, firmam, ac membranofam.* Ex his Mnefitheus apertiffime indicavit, cujusmodi femen vocare velit zeiam, quae in frigidis regionibus colitur. Equidem nec ipfe regiones omnes hybernas peragravi, nec ab aliis audivi, qui eas perluſtraffent, femen aliquod

ὀνομαζόμενόν τινα σιτηρὸν καρπὸν ὑπὸ τῶν ἐγχωρίων ζειὰν ἢ ζέαν. [320] ἑκατέρως γὰρ εὑρίσκεται γεγραμμένον, ἔν τισι μὲν εἰς ε' καὶ ι' τῆς προτέρας συλλαβῆς τελευτώσης, ἔν τισι δὲ μόνον εἰς ε'. ἐννοῆσαι δὲ τοὺς μὲν Ἕλληνας δυνατὸν εἶναι οὕτως ὀνομάζειν τὸ σπέρμα τοῦτο, τοὺς δὲ βαρβάρους ἰδίαν ἐπ' αὐτῷ τίθεσθαι προσηγορίαν. ἰδὼν δ' ἐν Θρᾴκῃ καὶ Μακεδονίᾳ πολλὰς ἀρούρας ὁμοιότατον ἐχούσας οὐ μόνον τὸν στάχυν, ἀλλὰ καὶ τὸ φυτὸν ὅλον τῇ παρ' ἡμῖν ἐν Ἀσίᾳ τίφῃ, τὴν προσηγορίαν ἠρόμην ἥν τινα ἔχει παρ' ἐκείνοις τοῖς ἀνθρώποις, καί μοι πάντες ἔφασαν, αὐτό τε τὸ φυτὸν ὅλον καὶ τὸ σπέρμα αὐτοῦ καλεῖσθαι βρίζαν, τῆς μὲν προτέρας συλλαβῆς διὰ τριῶν γραμμάτων γραφομένης, τοῦ β' καὶ ρ' καὶ ι', τῆς δ' ἐφεξῆς αὐτῇ διὰ τοῦ ζ' καὶ α' κατά γε τὴν ὀρθὴν πτῶσιν, ἐπὶ δὲ τῆς αἰτιατικῆς μετὰ τοῦ ν' δηλονότι. γίνεται δὲ ἄρτος ἐκ τοῦ σπέρματος τούτου δυσώδης τε καὶ μέλας, ὑμενωδεστέραν ἔχοντος, ὡς Μνησίθεος ἔγραψεν, τὴν οὐσίαν. εἰ δὲ καὶ μέλανα γίγνεσθαι τὸν ἄρτον ἐξ αὐτοῦ προσεγεγράφει, μᾶλλον ἂν ἐπίστευον αὐτῷ, τοῦτ' εἶναι τὸ καλούμενον ὑπ' αὐτοῦ ζειάν. ἔν γε μὴν τοῖς

eſſe frumentaceum, quod incolae zeiam aut zeam appellarent; utroque enim modo ſcriptum invenitur, in aliis priore ſyllaba in ε et ι, in aliis autem in ε tantum deſinente. Credere tamen poſſum, fieri potuiſſe, ut Graeci ſemen id ſic appellarint, barbari autem proprium ipſi nomen indiderint. Conſpicatus autem in multis Thraciae et Macedoniae agris non ariſtam modo, ſed et plantam totam noſtrae tiphae in Aſia ſimillimam, interrogavi, quodnam apud illos homines haberet nomen; qui mihi omnes reſponderunt, plantam totam et ejus ſemen *βρίζαν* appellari, priori ſyllaba tribus his literis ſcripta, β ρ ι, ſequente ζ et α, in recto ſaltem caſu, in accuſativo autem cum litera ν. Ex hoc porro ſemine panis ſit gravis odoris et ater, membranoſam (ut Mneſitheus ſcripſit) ſubſtantiam habens; quod ſi nigrum quoque panem, qui ex zeia ſit, eſſe aſcripſiſſet, facilius crederem, id eſſe ſemen, quod ab eo zeia nominatur. Eſt item in frigidiſſi-

χειμεριωτάτοις τῆς Βιθυνίας χωρίοις ὀνομάζεταί τι σπέρμα ζεόπυρον, οὐκ ἐχούσης τῆς πρώτης συλλαβῆς τὸ ι, καθάπερ ἔχει παρ' Ὁμήρῳ·

Πυροί τε ζειαί τ' ἠδ' εὐρυφυὲς κρῖ λευκόν.

ἐξ αὐτοῦ δ' ἄρτος γίνεται πολὺ βελτίων τοῦ κατὰ τὴν Μακεδονίαν τε καὶ Θράκην. καὶ σχεδὸν, ὥσπερ τοὔνομα τὸ ζεόπυρον ἐξ ἀμφοτέρων σύγκειται τῶν ὀνομάτων, τουτέστι τῆς ζέας καὶ τοῦ πυροῦ, καὶ ἡ οὐσία μέση τίς ἐστιν ἀμφοῖν, ὥσπερ οἷον αὐτῶν κεκραμένη. τοσοῦτον γοῦν ἐστι τοῦ πυροῦ χεῖρον, ὅσον τῆς Θρακίας βρίζης ἄμεινον. ὀνόματα δὲ ταῖς πόλεσιν, ἐν αἷς γίγνεται τὸ σπέρμα τοῦτο, Νίκαια, καὶ Προῦσα, καὶ Κράσσου καὶ Κλαυδίου πόλεις τε καὶ Ἡλιούπολις, ἀλλὰ καὶ Δορύλαι, ἥ ἐστι μὲν ἐσχάτη τῆς Ἀσιανῆς Φρυγίας πόλις. ἔχει δὲ καὶ αὐτὴ ἡ Φρυγία τοιοῦτον σπέρμα γεννώμενον ἐν τῇ χώρᾳ, καθάπερ καὶ ἄλλαι τινὲς ὅμοροι πόλεις αὐτῇ. θεάσασθαι δ' ἔστιν τὸν γιγνόμενον ἄρτον ἐκ τοῦ σπέρματος τούτου τοσοῦτον βελτίονα τοῦ κατὰ Θράκην τε καὶ Μακεδονίαν ἐκ τῆς βρίζης, ὅσον τοῦ πυρίνου

mis Bithyniae locis ſemen quoddam, quod zeopyrum nominatur, prima ſyllaba ι non habente, ut apud Homerum habet, quum ait:

Et zeia et triticum cum foecundo hordeo et albo.

Ex eo autem panis fit praeſtantior, quam qui in Macedonia aut Thracia ex briza conficitur. Ac fere, quemadmodum nomen ipſum zeopyrum ex utroque nomine, zea ſcilicet et pyro, id eſt tritico, componitur, ſic ſubſtantia ejus inter utrumque media quodammodo eſt, ut ſi ex utroque eſſet commiſta: proinde quanto tritico eſt deterius, tanto Thracia briza eſt praeſtantius. Porro urbium nomina, in quibus ſemen id provenit, ſunt Nicaea, Pruſa, Craſſopolis, Claudiopolis, Heliopolis et Doryle, quod quidem extremum eſt Phrygiae Aſiaticae oppidum; habet autem et Phrygia ipſa ſemen ejusmodi in agro proveniens, quemadmodum et aliae quaedam urbes finitimae. Videre autem eſt panem, qui ex hoc ſemine conficitur, tanto eo, qui ex briza in Thracia et Macedonia fit,

χείρονα. μέμνηται δὲ καὶ ζεᾶς καὶ ὁ Θεόφραστος ἐν ἑβδόμῳ περὶ φυτῶν ὧδέ πως λέγων· τῶν δὲ ὁμοίων κριθῶν καὶ ὁμοίων πυρῶν, οἷον ζειᾶς, τίφης, ὀλύρας, βρόμου, αἰγίλωπος, ἰσχυρότατον καὶ μάλιστα καρπιζόμενον ἡ ζειά, καὶ βαθύῤῥιζον, καὶ πολύῤῥιζον, καὶ πολυκάλαμον, καὶ παχυκάλαμον. ὁ δὲ καρπὸς κουφότατος, καὶ προσφιλὴς πᾶσι τοῖς ζώοις. καὶ πάλιν ἐφεξῆς· ἡ δὲ τίφη πάντων κουφοτάτη, καὶ γὰρ μονοκάλαμον, καὶ λεπτοκάλαμον, διὸ καὶ χώραν ζητεῖ λεπτὴν, οὐχ ὥσπερ ἡ ζειὰ λιπαρὰν καὶ ἀγαθήν. εἶτα τούτοις ἐφεξῆς συνάπτων τάδε γράφει· ἔστι δὲ ταῦτα δύο καὶ ὁμοιότατα τοῖς πυροῖς, ἥ τε ζειὰ καὶ ἡ τίφη. Θεόφραστος μὲν οὖν ταῦτα περὶ ζειᾶς ἔγραψεν. Ἡρόδοτος δὲ ἐν τῇ δευτέρᾳ κατὰ τήνδε τὴν λέξιν· ἀπὸ πυρῶν καὶ κριθῶν πολλοὶ ζώουσιν. Αἰγυπτίων δὲ τῶν ποιουμένων ἀπὸ τούτων τὴν ζωὴν ὄνειδος μέγιστόν ἐστιν, ἀλλ' ἀπ' ὀλυρῶν ποιοῦνται τὰ σιτία, ἃς ζεὰς μετεξέτεροι καλοῦσιν. Διοσκουρίδης δὲ ἐν δευτέρῳ περὶ ὕλης ταῦτα γράφει· ζεὰ

esse meliorem, quanto triticeo est deterior. Meminit zeiae et Theophrastus libro septimo de plantis, sic scribens: *Inter ea, quae tritico hordeoque sunt similia, ut zeia, olyra, tipha, avena et aegilops, zeia est firmissima, copiosissimeque fructificat, multiplicem altamque radicem effundit, culmo multiplici et crasso assurgens, fructus autem est levissimus, et cunctis animalibus admodum jucundus.* Deinde subdit: *Tipha autem omnium est levissima, nam calamum unicum, eumque tenuem habet: quare solum gracilius, nec, uti zeia, pingue ac fertile exposcit.* Post haec subjungit: *Sunt autem haec duo, zeia scilicet et tipha, tritico simillima.* Haec quidem de zeia Theophrastus. Herodotus autem libro secundo ad verbum haec scribit. *Tritico hordeoque plerique victitant, apud Aegyptios vero his in victu uti summum dedecus putatur, utuntur autem olyris, quas alii zeias cum z nominant.* Dioscorides quoque in secundo De medica materia haec scribit. *Zeiae duplex est genus, quo-*

δισσή, ἡ μὲν γὰρ ἁπλῆ, ἡ δὲ δί(313)κοκκος καλεῖται, ἐν δυσὶν ἐλύτροις συνεζευγμένον ἔχουσα τὸ σπέρμα. ἔστι δὲ τροφιμωτέρα μὲν κριθῆς καὶ εὐστόμαχος, ἀτροφωτέρα δὲ πυρῶν ἀρτοποιουμένη. κρίμνον δὲ ἁδρότερόν ἐστι τῇ κατεργασίᾳ τοῦ ἀλεύρου, γιγνόμενον ἐκ τῆς ζειᾶς καὶ πυροῦ, ἐξ οὗ καὶ ὁ πολτὸς γίνεται. ἔστι δὲ ἱκανῶς τρόφιμον καὶ εὐκατέργαστον, σταλτικώτερον δὲ κοιλίας τὸ ἀπὸ τῆς ζειᾶς, μάλιστα μὲν προφρυγείσης. [321] καὶ ὀλύρα δὲ ἐκ τοῦ αὐτοῦ γένους ἐστὶ τῆς ζειᾶς, ἀτροφωτέρα δὲ κατὰ τὸ ποσὸν ἐκείνης. ἀρτοποιεῖται δὲ καὶ αὕτη, καὶ κρίμνον ἐξ αὐτῆς ὡσαύτως γίνεται. ἀθάρα δὲ ἐκ τῆς ἀληλεσμένης εἰς λεπτὰ ζειᾶς σκευάζεται. ἔστι δὲ ῥόφημα ὥσπερ πολτάριον ὑγρὸν, παιδίοις ἁρμόζον, ποιεῖ δὲ καὶ εἰς κατάπλασμα. ὁ δὲ τράγος τὸ σπέρμα μὲν παραπλήσιον χόνδρῳ, ἀτροφώτερος δὲ πολὺ ζειᾶς, διὰ τὸ πολὺ ἔχειν τὸ ἀχυρῶδες. διὸ καὶ δυσκατέργαστός ἐστι, καὶ κοιλίας μαλακτικώτερος. περὶ μὲν οὖν τῶν ζειῶν ἱκανὰ καὶ ταῦτα. θαυμάσαιτο δ' ἄν τις τοῦ Μνησιθέου μὴ γινώσκοντος, ὅπη διαφέρουσιν αἱ ὄλυραι τιφῶν. ἔστι γὰρ ἑκάτε-

rum alterum fimplex, alterum δίκοκκον nominatur, quod femen duabus membranis conclufum gerat; nutrit autem hordeo valentius, tum ftomachum juvat; panis ex ea fit, qui minus tritico nutrit. Crimnon autem, quod ex zeia et tritico fit, eftque in tritura craffior farinae pars, ex qua fit puls, nutrit abunde, et facile conficitur; quod vero ex zeia fit, ventrem magis cohibet, potiffimum fi torrefacta prius fuerit. Praeterea olyra ejusdem cum zeia eft generis, fed minus aliquanto nutrit: panis quoque ex hac fit et crimnon. Athara autem fit ex zeia trita tenuiter fub mola; forbetur autem non fecus, ac liquida pulticula, puerisque eft accommoda; in cataplasmatisque ea utimur. Tragi femen alicae eft quidem fimile, nutrit autem multo minus, quam zeia, quod multum aceris habeat; ob id et concoctu eft difficilior, et alvum magis mollit. De zeia igitur haec fufficiant. Mnefitheum profecto jure quis demiretur, quod discrimen inter olyram ac tipham non noverit; utrumque enim

ρον ἐν Ἀσίᾳ πολὺ, καὶ μάλιστα κατὰ τὴν ὑπερκειμένην Περγάμου χώραν, ὡς τοὺς ἀγροίκους ἀεὶ χρῆσθαι τοῖς ἐξ αὐτῶν ἄρτοις διὰ τὸ τοὺς πυροὺς εἰς τὰς πόλεις κατακομίζεσθαι. οἱ μὲν οὖν ὀλύρινοι κάλλιστοι, μετὰ γὰρ τοὺς πυρίνους εἰσὶν, ὅταν γε εὐγενεῖς ὦσιν αἱ ὄλυραι· δεύτεροι δὲ αὐτῶν οἱ τίφινοι. μοχθηρῶν δὲ οὐσῶν τῶν ὀλυρῶν, οὐδὲν ἐκείνων ἀπολείπονται, βελτίστων δὲ τῶν τιφῶν οὐσῶν, οἱ θερμοὶ τίφινοι πολὺ κρείττους εἰσὶν τῶν ὀλυρίνων. ἑωλισθέντες δὲ χείρους αὐτῶν γίνονται, ὁλκιμώτερον γὰρ ἔχοντες τὸ σταῖς πυκνοῦνται πάνυ σφόδρα, καὶ μάλισθ᾽ ὅταν ἀμελῶς σκευασθῶσιν. ὥστε καὶ μετὰ μίαν ἡμέραν ἢ δύο, καὶ πολὺ μᾶλλον ἐν ταῖς ἐφεξῆς ὁ φαγὼν τὸν ἄρτον τοῦτον οἴεται πηλὸν ἐγκεῖσθαι τῇ κοιλίᾳ. θερμὸς δὲ ὢν ἔτι καὶ τοῖς ἐκ τῶν πόλεων σπουδάζεται μετὰ τυροῦ τινος προσφερόμενος. ἐπιχωρίως δὲ ὀνομάζουσιν αὐτὸν ὀξυγαλάκτινον. εἶναί δὲ χρὴ καὶ τοῦτον ἁπαλὸν, καὶ τὸν ἄρτον ἔτι διαφυλάττοντα τὴν ἐκ τοῦ κλιβάνου θερμασίαν. ὁ μὲν οὖν οὕτως ὠπτημένος

in Afia eft frequens, et potiffimum in regione, quae eft fupra Pergamum, adeo ut ruftici ipfi panibus ex ipfis factis femper utantur, propterea quod triticum omne in oppida comportent. Olyrini fane, fi modo ex bona olyra fiant, poft triticeos faltem funt praeftantiffimi; fecundi autem ab his funt tiphini; quod fi olyrini ex vitiofo femine fint facti, tiphini non erunt eis inferiores. Calidi vero panes ex laudatiffima tipha facti olyrinis longe funt praeftantiores, affervati vero deteriores feipfis evadunt; quum enim maffa illorum fit tenax ac ductilis, denfatur majorem in modum, et maxime quum negligenter parati fuerint, adeo ut, qui panem hujuscemodi poft unum aut duos dies, ac multo magis fequentes aliquot comederit, putaturus fit lutum ventriculo fuo ineffe; at calidus adhuc quum eft, ab ipfis etiam urbanis expetitur, ipfumque cum cafeo quodam mandunt, quem vernaculo nomine oxygalactinon appellant. Porro hunc quoque tenerum effe oportet, et ipfum panem calorem clibani adhuc re-

οὐ μόνον τοῖς κατ᾽ ἀγρὸν, ἀλλὰ καὶ τοῖς ἐν ταῖς πόλεσι περισπούδαστός ἐστιν. ὁ δὲ τριῶν ἢ τεττάρων ἡμερῶν καὶ τοῖς ἀγροίκοις αὐτοῖς ἀηδέστερος μὲν ἤδη βρωθῆναι, δυσχερέστερος δὲ πεφθῆναι, βραδυπορώτερος δὲ κατὰ γαστέρα, τοῦ θερμοῦ μηδὲ τοῦτ᾽ ἔχοντος τὸ σύμπτωμα. πολὺ μὲν γὰρ ἀπολείπεται διαχωρήσεως ἕνεκα τοῦ κριθίνου, μεμπτὸς δ᾽ οὐκ ἔστιν ὁμοίως τῷ κεγχρίνῳ, καὶ μέντοι καὶ τρέφει τὸ σῶμα θερμὸς ὢν ἱκανῶς, ὡς μὴ ἀπολείπεσθαι πολὺ τοῦ πυρίνου συγκομίστου. τὸ δὲ σπέρμα τὸ τῆς τίφης ἔχει μὲν ἔξωθεν λέμμα, καθάπερ καὶ ὄλυρα καὶ κριθὴ, πτισθὲν δὲ ἀρτοποιεῖται, καὶ ὅλως εἰς χρῆσιν ἄγεται. καὶ γὰρ ἐξ ὕδατος ἑψηθὲν ἐσθίεται κατὰ τὸν ὑπὸ τῶν ἀγροίκων ὀνομαζόμενον ἀπόθερμον, ἐμβαλλομένου τοῦ πρὸς ἡμῶν μὲν ἑψήματος, ὑπ᾽ ἐνίων δὲ σιραίου καλουμένου. καί ποτε καὶ μεθ᾽ ἁλῶν ἐσθίεται, καθάπερ ἔφην ἐδηδοκέναι τοὺς πυροὺς αὐτοὺς ἐγώ. τὴν δὲ εὐγενεστάτην ὄλυραν ὅταν, ὡς χρὴ, πτίσσωσιν, τὸν ὀνομαζόμενον τράγον ποιοῦσιν, ᾧ πολλοὶ

tinere. Qui certe in hunc modum est affatus, non rusticis modo, sed urbanis quoque hominibus in deliciis habetur; qui vero trium quatuorve dierum est, vel ipsis rusticis manditur insuavius; praeterea concoctu est difficilior, ac tardius per alvum subducitur, quae calido minime accidunt; qui tametsi hordeaceo, quod ad dejectionem pertinet, multum relinquitur, non tamen in eo adeo, ut miliaceus, est vituperandus; quin etiam corpus admodum, dum calidus est, nutrit, ut pene triticeo syncomisto par sit. Habet autem tiphae semen extrinsecus corticem, veluti olyra et hordeum, verum decorticatum in panes congeritur, omninoque usui accommodatur; nam et ex aqua manditur elixum haud aliter, ac vocatus a rusticis apothermus, sapa (quam alii *σίραιον*, nos *ἕψημα* vocamus) injecta; nonnunquam etiam cum sale estatur, quomodo me triticum ipsum retuli comedisse. Ex nobilissima autem olyra, quum, ut decet, fuerit decorticata, nominatum tragum conficiunt, quo plerique

χρῶνται δι᾽ ὕδατος ἕψοντες, εἶτα τὸ μὲν ὕδωρ ἀποχέοντες, ἐπιχέοντες δὲ σίραιον, ἢ οἶνον γλυκὺν, ἢ οἰνόμελι· παρεμβάλλουσι δὲ καὶ κώνους ἐν ὕδατι διαβεβρεγμένους, ὡς ἐπὶ τὸ πλεῖστον ἐξῳδηκέναι. τινὲς δὲ ὁμογενὲς μὲν, οὐχ ὁμοειδὲς δὲ τὸ σπέρμα τοῦτο ταῖς ὀλύραις εἶναί φασι. πολλὰ δὲ καὶ ἄλλα σπέρματα παραπλήσια μὲν, οὐκ ἀκριβῶς δὲ ταὐτὸν εἶδος ἔχοντα τοῖς εἰρημένοις ἐστὶ, τὰ μὲν ἐν τῷ μεταξὺ κριθῆς τε καὶ τίφης, τὰ δὲ ὀλύρας τε καὶ τίφης, ἢ μεταξὺ πυροῦ τε καὶ τῆς ὀλύρας. ἔνια δ᾽ ἐγγυτάτω τῆς φύσεώς ἐστι, τὰ μὲν ὀλύρας, τὰ δὲ κριθῆς, ἢ τίφης, ἢ πυροῦ, καθάπερ ἄλλα, τὰ μὲν ἐλύμου, τὰ δὲ κέγχρου προσηγορίας ἔχοντα, τινὰ μὲν ἁπλᾶς, ὥσπερ ἐν Ἰταλίᾳ ἐξ οὗ τὸν χόνδρον ποιοῦσιν, ἔνια δὲ συνθέτους, [322] ὡς ἐν Καππαδοκίᾳ μὲν τὸ καλούμενον γυμνόκριθον, κατὰ δὲ τὴν Βιθυνίαν τὸ ζεόπυρον. ἄμεινον δ᾽ ἐστὶ ἀποστάντα τῆς τοιαύτης ἱστορίας οὐ μόνον τῶν ὀνομάτων, ἀλλὰ καὶ τῶν σπερμάτων, ἕνα τινὰ κοινὸν ὑπὲρ ἁπάντων λόγον διελθεῖν. ὅσα μὲν ἐν ὄγκῳ βραχεῖ πλείστην οὐσίαν ἔχει, καὶ ταύτην πα-

utuntur primum in aqua decoquentes, deinde, ea effusa, sapam, aut vinum dulce, aut mulsum infundentes, superinjiciunt et pineas nuces aqua praemaceratas, donec plurimum intumuerint. Quidam autem semen hoc genere quidem, non tamen specie, cum olyris idem esse affirmant. Sunt autem et alia permulta semina praedictis quidem assimilia, non tamen eadem penitus specie, quae partim in hordei ac tiphae, partim in tiphae olyraeque, aut olyrae et tritici medio sunt loco; quaedam vero ad olyrae, alia ad hordei aut tiphae, alia ad tritici, ceu alia ad panici, alia ad milii naturam, proxime accedunt: quae nomina habent, alia simplicia, ut in Italia ex quo alicam faciunt, alia composita, ut in Cappadocia quod vocatur gymnocrithon, id est hordeum nudum ac corticis expers, in Bithynia autem zeopyron. Verum satius fuerit, ejusmodi nominum ac seminum disquisitione omissa, de omnibus communi quodam sermone tractare. Quae igitur parva mole plurimam habent substantiam eamque

χεῖαν καὶ γλίσχραν, εὐχυμότατά τε καὶ τροφιμώτατα ταῦτ᾽ ἔστιν, οὐ μὴν υποχωρεῖ γε ῥᾳδίως· ὅσα δ᾽ ἔμπαλιν τοῖσδε χαύνην μὲν ἔχει καὶ μαλακὴν οὐσίαν, τὰ μόρια δὲ αὐτῶν πιτυρώδη, διαχωρεῖται μὲν ἄμεινον, ἧττον δὲ τρέφει. τούτων δὲ αὐτῶν ὅσα δυσώδη τέ ἐστι καὶ ἀηδίαν τινὰ ἔχοντα κατὰ τὴν γεῦσιν, εὔδηλον ὡς κακόχυμά τε καὶ δύσπεπτα πάντ᾽ ἐστί. τοῦ δὲ ἐν ὄγκῳ μικρῷ πλείστην οὐσίαν εἶναι τό τε βάρος ἱσταμένων αὐτῶν ἐπὶ ζυγοῦ σημεῖον ἔστω σοι, καὶ τὸ τῶν ἀλεύρων πλῆθος· ἐξ ὀλίγου γὰρ ὄγκου πολὺ γίνεται τοῖς πεπιλημένην ἔχουσιν τὴν οὐσίαν σπέρμασιν. ἡ δὲ κατὰ θερμότητά τε καὶ ψυχρότητα διαφορὰ πρὸ μὲν τοῦ προσενέγκασθαί τε καὶ λαβεῖν ἔσω τοῦ σώματος ἔκ τε τῆς χροιᾶς ἐπιλογιζέσθω σοι καὶ τῆς γεύσεως καὶ τῆς ἔξωθεν ἐπιτιθεμένων αὐτῶν χρήσεως· ἐπὶ δὲ τῷ προσενέγκασθαι καὶ λαβεῖν ἔσω τοῦ σώματος διάγνωσις ἀκριβὴς καὶ συναίσθησις αὐτοῖς τοῖς φαγοῦσι γίνεται κατὰ τὴν γαστέρα τοῦ θερμαίνειν τὸ ληφθὲν, ἢ ψύχειν, ἢ μηδέτερον ἐπιφα-

craffam ac vifcidam, optimi funt fucci ac multi alimenti, non tamen facile per alvum fecedunt; quae vero his funt contraria, mollem quidem ac laxam habent fubftantiam, partes autem ipforum furfureae citius quidem fubducuntur, fed alunt minus. In his ipfis quae graveolentia funt, et guftum quendam habent injucundum, perfpicuum eft, quod omnia et pravi fucci funt, et coctu diffìcilia. Quod autem exiguae moli permultum infit fubftantiae, tum ex pondere, cum in ftatera appenduntur, tum ex farinae copia cognofces; ea namque copiofa in iis feminibus, quae compacta denfaque funt fubftantia, ab exigua mole redditur. Porro caliditatis et frigiditatis discrimen ante quidem, quam edantur atque intro in corpus fumantur, quum ex colore et guftu facile tibi erit colligere, tum etiam ex ufu, quem foris applicata afferunt; poftea autem quam efitata atque intro in corpus fumpta fuerint, exactam fui dignotionem ac fenfum, dum in ventre funt, iis, qui fumpferint, afferunt, quod calefaciant, aut refrigerent, aut neutrum horum manifefte

νῶς ἐργάζεσθαι. χροιὰ δὲ κατὰ φύσιν ἐν μὲν κριθαῖς καὶ ὀλύραις ἡ λευκὴ, τῶν πυρῶν δὲ ἡ ὑπόξανθος. αἱ τίφαι δὲ καὶ τῶν πυρῶν εἰσι ξανθότεραι. καὶ μέντοι καὶ πεπίληται τὸ σῶμα αὐτῶν εἰς πυκνότητα, καὶ ἴσως καὶ τοῦτο συντελεῖ τι πρὸς τὴν σμικρότητα τοῦ σπέρματος· ἀπολείπονται γὰρ οὐκ ὀλίγῳ κατὰ τὸ μέγεθος τῶν πυρῶν. ἔνιοι δὲ ἐν τῷ τῶν πυρῶν γένει καὶ τοῦτο τίθενται τὸ σπέρμα. καὶ τό γε παρ' Ὁμήρῳ λεγόμενον ἐπὶ τῶν ἵππων, ἔνθα φησὶν ὁ Ἕκτωρ πρὸς αὐτοὺς,

Ὑμῖν μὲν προτέροισι μελίφρονα πυρὸν ἔθηκα,

ἐπὶ τοῦ τῆς τίφης σπέρματος εἰρῆσθαι λέγουσι· μικρὸν γὰρ εἶναι πυρὸν αὐτοῖς, καὶ τοὺς ἵππους ταύτας μὲν ἀβλαβῶς ἐσθίειν, τοὺς δὲ ὄντως πυροὺς οὐκ ἀβλαβῶς. οὐκ ἀπιθάνως δ' ἄν τις ὀνομάζοι πυρὸν μικρὸν τὴν τίφην, καὶ τῇ χροιᾷ, καὶ τῇ πυκνότητι, καὶ τῇ θερμότητι τῆς δυνάμεως ἐοικυῖαν αὐτοῖς.

Κεφ. ιδ'. [Περὶ βρόμου.] Τοῦτο τὸ σπέρμα πλεῖστόν ἐστιν ἐν Ἀσίᾳ, καὶ μάλιστα κατὰ τὴν ὑπερκειμένην Περγάμου Μυσίαν, ἔνθα καὶ τίφαι καὶ ὄλυραι πάμπολλαι γίγνονται. τροφὴ δ' ἐστὶν

efficiant. Quod vero ad colorem naturalem attinet, in hordeis quidem et olyris eft albus, in triticis autem fubflavus; tiphae autem vel triticis funt flaviores. Quin et harum corpus coactum eft ac denfum, quod fortaffis ad feminis parvitatem nonnihil adfert momenti, eft enim id tritico longe exilius, quamquam non defint, qui ipfum quoque in tritici numero ponant, et quod apud Homerum de equis dicitur, ubi illos Hector ita affatur,

Triticum enim vobis primum praedulce ferebam,

de tiphae femine dictum effe aiunt; effe enim illam equis parvum triticum, eamque ipfos fine noxa mandere, verum autem triticum non fine noxa. Nec abfurde certe tipham quis triticum exile vocaverit, quum ei et colore et denfitate et caliditate fit adfimilis.

Cap. XIV. [De bromo.] Hoc femen in Afia eft frequentiffimum, et potiffimum in Myfia, quae eft fupra Pergamum, ubi et tiphae et olyrae uberrimus eft proventus. Ju-

ὑποζυγίων, οὐκ ἀνθρώπων, εἰ μή ποτε ἄρα λιμώττοντες ἐσχάτως ἀναγκασθεῖεν ἐκ τούτου τοῦ σπέρματος ἀρτοποιεῖσθαι. χωρὶς δὲ λιμοῦ δι᾽ ὕδατος ἑψηθὲν ἐσθίεται μετ᾽ οἴνου γλυκέος, ἢ ἑψήματος, ἢ οἰνομέλιτος ὁμοίως τῇ τίφῃ. θερμότητος δὲ ἱκανῶς μετέχει παραπλησίως ἐκείνῃ, καίτοι οὐχ ὁμοίως αὐτῇ σκληρὸν ὑπάρχον. διὸ καὶ τροφὴν ἐλάττονα παρέχει τῷ σώματι. καὶ ἄλλως δέ ἐστιν ἀηδὴς ὁ ἐξ αὐτοῦ γενόμε(314)νος ἄρτος, οὐ μὴν ἐπισχετικὸς γαστρὸς, ἢ προτρεπτικὸς, ἀλλ᾽ ἐν τῷ μέσῳ κατά γε τοῦτο τεταγμένος.

Κεφ. ιε΄. [323] [Περὶ κέγχρου καὶ ἐλύμου, ὃν καὶ μελίνην ὀνομάζουσι.] Γίνεται μὲν ἄρτος ποτὲ κἀκ τούτων, ὅταν ἀπορία καταλάβῃ τῶν προγεγραμμένων σιτηρῶν ἐδεσμάτων. ὀλιγότροφος δ᾽ ἐστὶ καὶ ψυχρὸς, καὶ δῆλον ὅτι κραυρός ἐστι καὶ ψαθυρὸς, ὡς ἂν μηδὲν ἔχων ἐν αὐτῷ μήτε λιπαρὸν μήτε γλίσχρον. εἰκότως οὖν ὑγραινομένην γαστέρα ξηραίνει. τὸ δὲ ἄλευρον ἕψοντες αὐτῶν ἐν τοῖς ἀγροῖς, εἶτα πιμελὴν χοιρείαν ἢ ἔλαιον ἀναμιγνύντες ἐσθίουσι. κρείττων δ᾽ ἐστὶν ἐλύμου κέγχρος εἰς πάντα, καὶ ἡδίων ἐς

mentorum autem eft alimentum, non hominum, nifi utique aliquando extrema fame ad panes ex eo quoque femine conficiendos compellantur: citra famem autem coctum ex aqua manditur cum vino dulci, aut fapa, aut mulfo, non aliter quam tipha. Calidum autem eft admodum, non fecus ac illa, quanquam non aeque eft durum; ex quo minus quoque corpus nutrit; et panis, qui ex eo fit, alioqui eft infuavis, non tamen alvum aut fiftit, aut proritat, fed, quod ad id faltem pertinet, medium locum obtinet.

Cap. XV. [De milio et panico, quod melinen vocant.] His item in pane nonnunquam utuntur, urgente dictarum frugum penuria. Panis tamen, qui ex eis fit, exigui eft alimenti ac frigidus, perfpicuumque eft, quod praearidus eft ac friabilis, nihil enim in fe habet neque lentoris, neque pinguedinis, jure ergo alvum humentem deficcat. Agricolae autem horum farinam coquentes, deinde adipem fuillam aut oleum mifcentes efitant. Porro milium ad omnia panico eft praeftantius, fuaviusque

ἐδωδὴν, καὶ εὔπεπτός ἐστι, καὶ ἧττον ἐπέχει γαστέρα, καὶ μᾶλλον τρέφει. καὶ μετὰ γάλακτος δ᾽ ἐνίοτε τὸ ἄλευρον αὐτοῦ ἑψήσαντες ἐσθίουσιν, ὥσπερ τὸ τῶν πυρῶν, οἱ ἄγροικοι. καὶ δῆλον ὅτι τὸ ἔδεσμα τοῦτο τοσούτῳ κρεῖττόν ἐστι καταμόνας αὐτὸ ἐσθιόμενον, ὅσῳ καὶ τὸ γάλα τῆς ἀμφοτέρων φύσεως εἰς εὐχυμίαν τε καὶ τἄλλα πάντα διενήνοχε. λέγω δὲ τἄλλα πάντα πέψιν τε καὶ ὑπαγωγὴν γαστρὸς, ἀνάδοσίν τε καὶ τὴν ἐν τῷ προσφέρεσθαι γλυκύτητα καὶ ἡδονήν. οὐδὲν γὰρ ἡδὺ τοῖς σπέρμασι τούτοις ὑπάρχει, καὶ μάλιστα τῷ ἐλύμῳ κατά γε τὴν ἡμετέραν Ἀσίαν· ἐν ἄλλοις γὰρ ἔθνεσιν, ὥσπερ καὶ ἐν Ἰταλίᾳ, πολὺ βελτίων τυγχάνει.

Κεφ. ιϛʹ. [Περὶ ὀσπρίων.] Ὄσπρια καλοῦσιν ἐκεῖνα τῶν Δημητρίων σπερμάτων, ἐξ ὧν ἄρτος οὐ γίνεται, κυάμους, πισσοὺς, ἐρεβίνθους, φακοὺς, θέρμους, ὄρυζαν, ὀρόβους, λαθύρους, ἀράκους, ὤχρους, φασήλους, τῆλιν, ἀφάκην, εἴτε τι τοιοῦτον. περὶ πάντων οὖν ἑξῆς ἐρῶ τῆς δυνάμεως, ὡς ἂν γιγνώσκων τις ἀβλαβέστερον αὐτοῖς χρῷτο.

editur, facile concoquitur, ventrem minus fiftit, magis nutrit. Nonnunquam autem ruftici farinam ipforum lacti incoctam mandunt, non aliter quam tritici; et liquet, quod id edulium, ipfum per fe fumptum, tanto eft praeftantius, quanto lac utriusque feminis naturam ad boni fucci procreationem aliaque omnia excellit; dico autem alia omnia concoctionem, ventris fubductionem, diftributionem et ipfam in edendo dulcedinem ac voluptatem. Nihil enim fuavitatis feminibus ineft, praefertim panico, quod in noftra Afia nafcitur; nam apud alias gentes, ut in Italia, multo melius provenit.

Cap. XVI. [De leguminibus.] Legumina appellant ea Cerealia femina, ex quibus panis non fit, ut puta fabas, pifa, cicera, lentes, lupinos, oryzam, ervum, ciceres, aracos, ervilias, phafelos, foenum Graecum, aphacen, et fi qua funt fimilia. De quorum omnium facultate deinceps tractabimus, ut, quum ea nota fuerint, ufus ipforum minus fit noxius.

Κεφ. ιζ'. [Περὶ ὀρύζης.] Τῷ σπέρματι πάντες εἰς ἐπίσχεσιν γαστρὸς χρῶνται, τὴν ἕψησιν αὐτοῦ παραπλησίαν ποιοῦντες χόνδρῳ. δυσπεπτότερον δέ ἐστιν χόνδρου, καὶ τρέφει ἧττον, ὥσπερ γε καὶ εἰς ἐδωδῆς ἡδονὴν ἀπολειπόμενον αὐτοῦ πάμπολυ.

Κεφ. ιη'. [Περὶ φακῶν.] Οὐδ' ἐκ τούτων ἀρτοποιεῖταί τις, ἀλιπεῖς γάρ εἰσιν καὶ ψαθυροὶ, στυπτικὸν ἔχοντες τὸ λέμμα, τὴν δ' οἷον σάρκα παχύχυμόν τε καὶ γεώδη, καὶ βραχύ τι ἔχουσαν αὐστηρᾶς ποιότητος, ἧς τὸ λέμμα πολλῆς μετέχει. χυμὸς δ' ἐν αὐτοῖς ἐστιν, ὡς καὶ πρόσθεν εἶπον, ἐναντίος τῷ στυπτικῷ. διὸ κἂν ἑψήσας τις αὐτοὺς ἐν ὕδατι προσενέγκηται τὸ ὕδωρ, ἡδύνας ἁλσὶν, ἢ γάρῳ, καὶ μετ' αὐτῶν ἐλαίῳ, διαχωρητικὸν γίνεται πόμα. δὶς δ' ἑψηθέντων, ὥσπερ εἴρηται, τῶν φακῶν, ἡ ἐξ αὐτῶν σκευαζομένη φακῆ καὶ τὴν ἐναντίαν ἔχει δύναμιν τῷ χυλῷ, ξηραίνουσα τὰ κατὰ γαστέρα ῥεύματα, καὶ τόνον ἐντιθεῖσα τῷ στομάχῳ, καὶ τοῖς ἐντέροις, καὶ συμπάσῃ τῇ γαστρί. διὰ τοῦτο οὖν οἰκεῖόν ἐστιν ἔδεσμα κοιλιακῶν τε καὶ δυσεντερικῶν. [324] ἡ δὲ ἀφηψη-

Cap. XVII. [De oryza.] Semine hoc omnes in fiftenda alvo utuntur, ipfum eodem modo, quo alicam, coquentes; difficilius tamen, quam alica, conficitur, et minus alit, ceu utique et in edendi fuavitate ab ea quam plurimum relinquitur.

Cap. XVIII. [De lentibus.] Neque ex his panem quis facit, aridae enim funt ac friabiles, corticemque habent adftringentem, et quae ipforum eft velut caro, craffi eft fucci ac terrei, aufteram qualitatem habens exiguam, cujus cortex multae eft particeps. Succus porro in ipfis eft, ut ante retulimus, adftringenti contrarius. Quocirca fi quis in aqua ipfas coxerit, et deinde aquam fale, aut garo, et cum ipfis oleo condiens fumpferit, potus is alvum dejicit. At ex bis decoctis lentibus ad eum modum, quem retulimus, lens apparata facultatem habet fucco contrariam, ut quae ventris fluxus ficcet, ftomachum, inteftina et totum denique ventrem corroboret; quamobrem coeliacis et dyfentericis cibus eft accommodus. Lens vero de-

μένη τὸ λέμμα φακῆ τὸ μὲν ἰσχυρὸν τῆς στύψεως ἀπόλλυσι, καὶ τὰ αὐτῇ συνεπόμενα δηλονότι, τροφιμωτέρα δὲ γίνεται τῆς ἀπτίστου, παχύχυμός τε οὖσα καὶ κακόχυμος καὶ βραδύπορος, οὐ μὴν ξηραντική γε τῶν κατὰ τὴν γαστέρα ῥευμάτων, ὥσπερ ἡ ἄπτιστος. εἰκότως οὖν οἱ πλεονάζοντες ἐν τούτῳ τῷ ἐδέσματι τούς τε καλουμένους ἐλέφαντας ἔχουσι καὶ τοὺς καρκίνους· ἐπιτήδειον γάρ ἐστι τὸ παχὺ καὶ ξηρὸν ἔδεσμα μελαγχολικὸς γενέσθαι χυμός. οἷς οὖν ἐστιν ὑδατώδης ἐν ταῖς σαρξὶ καχεξία, τούτοις μόνον ὠφέλιμον ἔδεσμα φακῆ, καθάπερ τοῖς ξηροῖς καὶ αὐχμώδεσι βλαβερώτατον. ὡσαύτως δὲ καὶ τὴν ὄψιν ἀμβλύνει μὲν τὴν ὑγιεινῶς διακειμένην ὑπερξηραίνουσα, τὴν δὲ ἐναντίως ἔχουσαν ὀνίνησιν. οὐκ ἐπιτήδειός ἐστιν οὐδ᾽ εἰς τὰς ἐμμήνους καθάρσεις, παχὺ καὶ δύσρουν ἐργαζομένη τὸ αἷμα, τῷ δὲ καλουμένῳ ῥῷ γυναικείῳ χρησιμωτάτη. τὴν δ᾽ ἐναντίαν αὐτῇ κατά γε τοῦτο δύναμιν ἐχούσης τῆς πτισάνης, ἐξ ἀμφοτέρων μιχθέντων ἔδεσμα γίγνεται κάλλιστον, ὃ καλοῦσιν οἱ παρ᾽ ἡμῖν ἀνθρω-

corticata, ut illam adftringendi vehementiam et ea, quae ipfam confequuntur, amittit, ita magis nutrit, quam quae cortice fpoliata non eft, fuccum craffum pravumque gignit, tardeque commeat, non tamen alvi fluxus deficcat, uti ea, cui cortex non eft ademptus. Jure igitur, qui largius hoc edulio utuntur, elephantiafim quam vocant et cancros incurrunt, fi quidem craffa ficcaque cibaria fucco melancholico generando funt idonea. Quare iis dumtaxat, quibus aquea in carnibus eft cachexia, lens utilis eft cibus, ficuti aridis et fqualentibus admodum noxius. Eandem ob caufam vifum integrum et inculpatum hebetat, ipfum immoderate exiccans, ei vero, qui contrario modo fe habet, confert. Menftruis autem purgationibus non eft accommoda, craffum enim et tardifluum fanguinem reddit, at muliebri nuncupato profluvio eft utiliffima. Quum autem ptifana in eo faltem contrariam ipfi habeat facultatem, ex amborum mixtione praeftantiffimum edulium componitur, quod homines noftrates phacoptifa-

ποι φακοπτισάνην, οὐκ ἴσον τῷ μέτρῳ μιγνύντες, ἀλλ᾽ ἔλαττον ἐμβαλόντες τῆς πτισάνης, ὡς ἂν χυλουμένης τε καὶ εἰς ὄγκον αἰρομένης μέγαν. οἱ φακοὶ δ᾽ ἑψημένοι βραχύ τι προσαναοιδίσκουσιν. ἥ γε μὴν ἄρτυσις ἡ αὐτὴ καὶ τούτῳ τῷ ἐδέσματι τῇ κατὰ τὴν πτισάνην ἐστὶ, πλὴν ὅτι θύμβρας ἢ γλήχωνος ἐπεμβαλλομένης ἡδεῖά τε ἅμα καὶ εὐπεπτοτέρα γίνεται, τῆς πτισάνης οὐ χαιρούσης τούτοις, ἀλλ᾽ ἀρκουμένης ἀνήθῳ καὶ πράσῳ μόνῳ. μοχθηροτάτη δ᾽ ἐστὶν σκευασία φακῆς ἡ διὰ τοῦ σιραίου τοῖς πλουσίοις παρασκευαζομένη ὑπὸ τῶν μαγείρων. δεῖται γὰρ οὐ παχυνόντων μίξεως, ἀλλ᾽ ὑγρῶν καὶ τεμνόντων τὸ πάχος αὐτῆς μᾶλλον. ἡ δὲ τῷ σιραίῳ μιχθεῖσα τὰς καθ᾽ ἧπαρ ἐμφράξεις ἐργάζεσθαι πέφυκεν. αὐξάνει δὲ καὶ τὰς φλεγμονὰς ἔν τε τούτῳ τῷ σπλάγχνῳ καὶ σπληνὶ, εἰ μὴ μέλιτός τι προσλάβοι βελτίων γιγνομένη. πρόδηλον δὲ, ὅτι καὶ τὰς σκιῤῥώδεις διαθέσεις ἀμφοτέρων τῶν σπλάγχνων παροξύνει. κρέας δὲ χοίρειον εἰ βούλει συνέψειν, τῇ μὲν πτισάνῃ τὸ πρόσφατον, τῇ δὲ φακῇ τὸ ταριχηρὸν ἁρμόττον εὑρήσεις, ὥσπερ γε τὸ

nam nuncupant, utrumque haud aequali portione miſcentes, ſed ptiſanae minus injicientes, ut quae in ſuccum vertatur, et in molem magnam attollatur, lens autem cocta exiguum quendam tumorem aſciſcat. Hoc tamen edulium eodem, quo ptiſana, modo paratur, praeterquam quod ſatureia aut pulegium adjicitur; quo ſit, ut ſuavius ſimul et concoctu facilius reddatur, cum ptiſana illis minime gaudeat, ſed ſolo anetho porroque ſit contenta. Peſſime autem coqui divitibus lentem ſapa apparant, quandoquidem lens haudquaquam incraſſantium mixtionem poſtulat, ſed humidorum potius, et quae ſuam ipſius craſſitiem incidant; cui vero ſapa commiſcetur, jecoris obſtructiones ſolet gignere, viſcerisque hujus ac lienis inſlammationes inauget, niſi melle addito melior ſiat: perſpicuum autem eſt, quod et ſcirrhoſos viſceris utriusque aſſectus exacerbat. Quod ſi ſuillam ſimul libeat coquere, ptiſanae quidem recentem, lenti autem ſale jamdiu conditam reperies accommodam, veluti ſane, quae inter eas eſt media,

μεταξὺ τούτων, ὃ νεαλὲς ὀνομάζουσι, τῇ φακοπτισάνῃ χρήσιμον εἰς ἡδονήν τε καὶ πέψιν ἐστίν. ἥ γε μὴν εἰς τοὺς παχεῖς χυμοὺς ἐπίδοσις τῇ φακῇ μετὰ τῶν ταριχηρῶν κρεῶν ἐσθιομένῃ μᾶλλον γίνεται, καὶ γὰρ καὶ ταῦτα παχύτερόν τε καὶ μελαγχολικώτερον αἷμα γεννᾷ. διόπερ οὐ χρὴ πλεονάζειν οὐδ᾽ ἐν τούτοις, καὶ μάλιστα ὅταν ἤτοι μελαγχολικὸν, ἢ λίαν παχύχυμον, ἢ ὅλως κακόχυμον ᾖ τινι τὸ σῶμα. τὰ δ᾽ αὐτὰ καὶ περὶ τῶν χωρῶν, ὡρῶν τε καὶ καταστάσεων ἐπινοεῖν σε χρὴ καθ᾽ ἕκαστον ἔδεσμα, φειδόμενον μὲν ἐν φθινοπώρῳ τῶν μελαγχολικῶν καὶ ξηραινόντων ἐδεσμάτων, ἐν χειμῶνι δὲ χρώμενον, ὥσπερ γε καὶ κατὰ τὸ θέρος τοῖς ὑγραίνουσι καὶ ψύχουσιν· ἐν ἦρι δὲ, μέσης ὄντι κράσεως, τὰ μέσα ταῖς δυνάμεσιν σιτία προσενεκτέον. ἔστι δέ τι τῶν μέσων οὐχ ἓν εἶδος. ἔνια μὲν γὰρ τῷ μηδ᾽ ὅλως μετέχειν τῶν ἄκρων ἐστὶ τοιαῦτα, τινὰ δὲ ἐκ τῆς ἀμφοῖν ἰσοκρατουσῶν μίξεως ἐπικτᾶται τὴν μεσότητα, καθάπερ ὀλίγον ἔμπροσθεν ἔλεγον, ὅταν τῇ πτισάνῃ μίξῃ τις τὴν φακῆν.

quam nuper falfam appellant, phacoptifanae eft accommoda, tum fi fuavitatem, tum etiam fi coctionem spectes. Magis tamen lens cum falfis carnibus efitata craffos humores augebit; nam hae quoque fanguinem craffiorem et melancholicum magis generant. Quapropter non eft his copiofius utendum, et maxime fi cui corpus fit aut melancholicum, aut craffo, aut (ut omnia complectar) pravo fucco abundet. Haec eadem et de regionibus, anni temporibus et aëris conftitutionibus in quoque edulio intelligere oportet, ac autumno quidem melancholicis cibis ac ficcantibus abftinere, hyeme vero eis uti, quemadmodum fane aeftate humectantibus et refrigerantibus, vere autem, quod medii fit temperamenti, mediae facultatis cibos edere. Eft porro mediorum non una fpecies, quaedam enim funt hujusmodi, quod extremorum omnino fint expertia, quaedam autem ex amborum aeque pollentium mixtione mediocritatem funt adepta, quod paulo ante dixi, quum quis ptifanae lentem commifcuerit. Sic et

Ed. Chart. VI. [324. 325.] Ed. Baf. IV. (314. 315.)
οὕτω δὲ καὶ τὴν τευτλοφακῆν ὁ Ταραντῖνος Ἡρακλείδης οὐ μόνον ὑγιαίνουσιν, ἀλλὰ καὶ νοσοῦσιν ἐδίδοτο. μέσον γὰρ καὶ τοῦτ᾽ ἔστιν ἐξ ἐναντίων συγκείμενον ἔδεσμα, διὸ τεῦτλον μὲν ἧττον ὑπέρχεται, φακῆ δὲ διαχωρεῖται μᾶλλον. εὔδηλον δὲ, ὅτι καὶ ὁ ἀναδιδόμενος ἐξ αὐτῆς χυμὸς εἰς τὸ σῶμα μικτὸς ἐκ τῆς ἀμφοτέρων ἐστὶ δυνάμεως, τῆς τε φακῆς καὶ τοῦ τεύτλου.

Κεφ. ιθ΄. [325] [Περὶ κυάμων.] Πολλὴ καὶ τούτων ἐστὶν ἡ χρῆσις, ἔτνους ἐξ αὐτῶν ἐσκευασμένου, τοῦ τε ἐν ταῖς χύτραις ὑγροῦ καὶ τοῦ παχέος ἐν ταῖς (315) λοπάσι. καὶ τρίτη δ᾽ ἐστί τις ἐξ αὐτοῦ σκευασία, μετὰ πτισάνης γιγνομένη. καὶ πλείστῳ γε τούτῳ τῷ ἐδέσματι καθ᾽ ἑκάστην ἡμέραν οἱ παρ᾽ ἡμῖν μονομάχοι χρῶνται, σαρκοῦντες τὴν τοῦ σώματος ἕξιν, οὐκ ἐσφιγμένῃ τε καὶ πυκνῇ σαρκὶ, καθάπερ τὸ χοίρειον κρέας, ἀλλὰ χαυνοτέρᾳ πως μᾶλλον. φυσῶδες δ᾽ ἐστὶν ἔδεσμα, κἂν ἐπὶ πλεῖστον ἑψηθῇ καὶ ὁπωσοῦν σκευασθῇ, τῆς πτισάνης ἀποτιθεμένης πᾶν τὸ φυσῶδες ἐν τῷ τῆς ἑψήσεως χρόνῳ. τοῖς δὲ προσέχουσι τὸν νοῦν καὶ παρακολουθοῦσι

ex beta et lente mixtam compofitionem Heraclides Tarentinus non fanis modo, verum etiam aegrotantibus exhibebat; eft enim id edulium medium ex pugnantibus compofitum, quod beta quidem minus fubfideat, lens autem magis fubducatur. Perfpicuum autem eft, quod fuccus teutlophaces, qui in corpus diftribuitur, ex amborum facultate, lentis videlicet ac betae, eft mixtus.

Cap. XIX. [De fabis.] Fabarum quoque ufus eft multiplex, quippe ex iis conficitur puls, tum liquida in ollis, tum fpiffa in patinis. Tertius praeterea ipfam praeparandi eft modus, qui fit cum ptifana: et plurimo fane hoc edulio gladiatores quotidie apud nos utuntur, corporis habitum carne non denfa nec conftricta (cujusmodi eft fuilla) implentes, fed quodam modo fungofiore. Flatulentus autem eft is cibus, etiam fi elixatus diutiffime fuerit ac quovis modo paratus, quum tamen ptifana tempore, quo coquitur, flatum omnem deponat. Qui autem animum attendunt,

ταῖς ἑπομέναις ἑκάστῳ τῶν ἐδεσμάτων διαθέσεσιν αἴσθησις γίνεται καθ᾽ ὅλον τὸ σῶμα τάσεώς τινος ὑπὸ πνεύματος φυσώδους, καὶ μάλιστα ὅταν ἀήθης τις ᾖ τοῦδε τοῦ βρώματος, ἢ μὴ καλῶς ἑψόμενον προσενέγκηται. τὴν δ᾽ οὐσίαν οὐ πυκνὴν καὶ βαρεῖαν, ἀλλὰ χαύνην τε καὶ κούφην ἔχουσιν οἱ κύαμοι καί τι ῥυπτικὸν ἔχουσαν ὁμοίως τῇ πτισάνῃ. φαίνεται γὰρ ἐναργῶς τὰ ἐξ αὐτῶν ἄλευρα τὸν ῥύπον ἀποσμῶντα τοῦ δέρματος, ὃ κατανοήσαντες οἵ τ᾽ ἀνδροκάπηλοι καὶ γυναῖκες ὁσημέραι χρῶνται τῷ τῶν κυάμων ἀλεύρῳ λουόμεναι, καθάπερ ἄλλοι νίτρῳ τε καὶ ἀφρονίτρῳ, καὶ ὅλως τοῖς ῥυπτικοῖς. ἐπιχρίουσι δὲ καὶ τὸ πρόσωπον αὐτῷ παραπλησίως τῇ πτισάνῃ. καὶ γὰρ τοὺς ἐπιπολῆς φακοὺς αἴρει, καὶ τὴν ὀνομαζομένην ἔφηλιν. διὰ ταύτην οὖν τὴν δύναμιν οὐδὲν τῇ κατὰ γαστέρα διεξόδῳ βραδύνει, καθάπερ ὅσα παχύχυμα, καὶ γλίσχρα, καὶ μηδεμίαν ἔχοντα δύναμιν ῥυπτικὴν, ὁποῖα ἔφαμεν εἶναι χόνδρον, καὶ τράγον, καὶ σεμίδαλιν, καὶ ἄμυλον. ὄντος δὲ τοῦ τῶν κυάμων ἔτνους φυσώδους, ἔτι καὶ μᾶλλον, ὅταν ὁλοκλήρους τις

eosque affectus, qui cibos fingulos manent, animo affequuntur, fentiunt in toto corpore velut a fpiritu flatulento tenfionem quandam, potiffimum fi quis huic cibo non eft affuetus, aut ipfum non belle percoctum fumpferit. Habent autem fabae fubftantiam non denfam, nec gravem, fed fungofam ac levem, quae vim quandam, quo modo ptifana, habet detergendi; apparet enim perfpicue ipfarum farinam fordes a cute detergere, quod mangones ac mulieres intelligentes in balneis quotidie fabarum farina utuntur, quemadmodum alii nitro, atque aphronitro, et in fumma detergentibus; hac praeterea et faciem inungunt, quemadmodum ptifana, tollit enim lentes, quae in fumma cute apparent, et quam vocant ephelin. Ob hanc fane facultatem ventrem non cunctanter permeat, ut quae craffi funt fucci ac lenti, quaeque nullam detergendi habent facultatem, cujusmodi effe diximus alicam, tragum, fimilaginem et amylum. Quum autem fabarum puls fit flatulenta, multo adhuc magis erunt flatulentae, fi quis in-

αὐτοὺς ἑψήσας χρῆται, φυσώδεις γίνονται. φρυγέντες μέντοι, καὶ γὰρ καὶ οὕτως αὐτοὺς ἐσθίουσιν ἐν χώρᾳ τραγημάτων ἔνιοι, τὸ μὲν φυσῶδες ἀποτίθενται, δυσπεπτότατοι δὲ καὶ βραδύποροι γίγνονται, καὶ παχὺν χυμὸν εἰς τροφὴν ἀναδιδόασι τῷ σώματι. χλωροὶ δὲ ἐσθιόμενοι, πρὶν πεπανθῆναι καὶ ξηρανθῆναι, τὸ κοινὸν ἁπάντων ἔχουσι τῶν καρπῶν, ὅσους πρὸ τοῦ τελειωθῆναι προσφερόμεθα, τροφὴν ὑγροτέραν διδόντες τῷ σώματι, καὶ διὰ τοῦτο περιττωματικωτέραν, οὐ κατ᾽ ἔντερον μόνον, ἀλλὰ καὶ καθ᾽ ὅλην τὴν ἕξιν. εἰκότως οὖν οἱ τοιοῦτοι τρέφουσι μὲν ἧττον, ὑποχωροῦσι δὲ μᾶλλον. οὐ μόνον δὲ ὠμοὺς ἐσθίουσιν οἱ πολλοὶ τῶν ἀνθρώπων τοὺς χλωροὺς κυάμους, ἀλλὰ καὶ μετὰ κρεῶν χοιρείων ἕψοντες, ὥσπερ τὰ λάχανα, κατὰ δὲ τοὺς αγρούς καὶ μετ᾽ αἰγείων τε καὶ προβατείων. ᾐσθημένοι δ᾽ αὐτῶν τοῦ φυσώδους οἱ ἄλλοι μιγνύουσιν κρομμύων, ὅταν ἐν λοπάδι κατασκευάσωσιν αὐτῶν ἔτνος. ἔνιοι δὲ καὶ χωρὶς τοῦ συνεψήματος ὠμὰ τὰ κρόμμυα προσφέρονται μετ᾽ αὐτοῦ.

tegris ipfis coctis utatur. Si tamen frixae fuerint, (quidam enim hoc modo tragematum vice utuntur,) flatum quidem deponunt, fed concoctu funt difficillimae, tardeque praetereunt, et craffi fucci alimentum corpori exhibent. Quod fi virides, priusquam maturae fint atque exiccatae, edantur, idem eis accidet, quod fructibus omnibus, quos ante perfectam maturitatem mandimus: humidius fcilicet alimentum corpori praebebunt, ob idque excrementofius non in inteftinis modo, fed in toto etiam habitu; merito igitur fabae hujusmodi minus quidem nutriunt, fed promptius dejiciuntur. Plerique autem hominum non crudas modo fabas virides comedunt, verum etiam cum fuilla eas elixant veluti olera, ruri vero cum caprina et ovilla. Alii fabas inflare fentientes caepas admifcent, quum pultem in patinis ex ipfis ftruunt. Sunt qui caepas crudas nec fimul elixas cum ipfa mandant;

τὸ γάρ τοι φυσῶδες ἐν ἅπασι τοῖς ἐδέσμασιν ὑπὸ τῶν θερμαινόντων τε καὶ λεπτυνόντων ἐπανορθοῦται.

Κεφ. κ'. [Περὶ κυάμου Αἰγυπτίου.] Αἰγύπτιος κύαμος, ὥσπερ τῷ μεγέθει διενήνοχε πολὺ τοῦ παρ' ἡμῖν, οὕτω καὶ τὴν φύσιν ὑγροτέραν καὶ περιττωματικωτέραν ἔχει. εἴπερ οὖν μέμνησαι τὰ περὶ τῶν ὁμογενῶν μὲν, ὑγροτέρων δὲ τῇ κράσει καὶ διὰ τοῦτο περιττωματικωτέρων [326] τῶν εἰρημένων κατά τε τὴν πέψιν καὶ διαχώρησιν καὶ ἀνάδοσιν καὶ θρέψιν, οὐκ ἔτι δέῃ περὶ τούτου τοῦ κυάμου νῦν ἀκούειν, ἐξ ὧν ἐπὶ τοῦ παρ' ἡμῖν ἀκήκοας ἐπ' ἐκεῖνον μεταβαίνειν δυνάμενος.

Κεφ. κα'. [Περὶ πισσῶν.] Παραπλήσιόν τι κατὰ τὴν ὅλην οὐσίαν ἔχουσι κυάμοις, ἐσθιόμενοί τε κατὰ τοὺς αὐτοὺς τρόπους αὐτοῖς ἐν δυοῖν τοῖνδε παραλλάττουσιν, ὅτι τε φυσώδεις ὁμοίως οὐκ εἰσὶν τοῖς κυάμοις, ὅτι τε τὴν ῥυπτικὴν δύναμιν οὐκ ἔχουσι. καὶ διὰ τοῦτο βραδυπορώτεροι τῶν κυάμων κατὰ γαστέρα εἰσίν.

Κεφ. κβ'. [Περὶ ἐρεβίνθων.] Ἔτνος μὲν οὐ πάνυ τι δι' ἔθους ἐστὶ τοῖς κατὰ τὰς πόλεις ἀνθρώποις ἐξ ἐρεβίνθων ποιεῖσθαι,

quicquid enim omnibus cibariis ineſt flatulentum, id per calfacientia et tenuantia corrigitur.

Cap. XX. [De faba Aegyptia.] Faba Aegyptia, ſicuti noſtram magnitudine longe ſuperat, ita et naturam habet humidiorem magisque excrementitiam. Quod ſi memoria tenes, quae de ejusdem quidem generis leguminibus, verum temperamento humidioribus et ob id magis, quam praedicta, in coctione, excretione, diſtributione et nutritione excrementoſis dicta ſunt, non eſt, quod plura nunc de hac faba audire deſideres, quum poſſis ex iis, quae de ea, quae apud nos eſt, didiciſti, ad illam tranſire.

Cap. XXI. [De piſis.] Piſa tota ſubſtantia cum fabis quandam habent ſimilitudinem, eodemque cum fabis modo ſumuntur. His duabus tamen rebus ab eis diſcrepant, tum quod non aeque, ac fabae, ſunt flatulenta, tum etiam quod detergendi facultatem non habent, ideoque ſegnius, quam illae, per alvum ſecedunt.

Cap. XXII. [De ciceribus.] Non admodum conſuetum eſt urbanis hominibus ex ciceribus pultem conficere; a ruſti-

κατὰ τοὺς ἀγροὺς δὲ καὶ τοῦτ᾽ εἶδον ἐνίοτε γιγνόμενον, ὥσπερ καὶ μετὰ γάλακτος ἑψόμενον αὐτῶν τὸ ἄλευρον. οὐδὲ γὰρ ἐπιδέχονται τὴν αὐτὴν τοῖς κυάμοις τε καὶ πισσοῖς θραῦσιν, ὡς τὸν καλούμενον ἐρειγμὸν ἐξ αὐτῶν γενέσθαι. εἰθισμένοι δέ εἰσιν ἐν πολλοῖς ἔθνεσιν ἑψηθέντας ἐν ὕδατι τοὺς ἐρεβίνθους ἐσθίειν, ἔνιοι μὲν αὐτοὺς μόνους ψιλοὺς, ἔνιοι δὲ ἁλσὶ μετρίως ἡδύνοντες. οἱ παρ᾽ ἡμῖν δὲ παραπλήσιον ἀλεύρῳ τι ποιοῦντες ἐκ τῶν ξηρῶν τυρῶν ἐκείνῳ περιπάττουσιν αὐτούς. ἔστι δ᾽ οὐχ ἧττον κυάμων ἔδεσμα φυσῶδες ἐρέβινθος, ἰσχυρότερον δὲ ἐκείνων τρέφων, ἐπεγείρει δὲ καὶ τὰς πρὸς συνουσίας ὁρμὰς, πεπιστευμένος ἅμα τῷδε καὶ σπέρματος εἶναι γεννητικός· ὥστε καὶ τοῖς ὀχευταῖς ἵπποις ἐσθίειν αὐτοὺς ἕνεκα τούτου διδόασιν. ὑπάρχει δὲ καὶ ῥυπτικὴ δύναμις αὐτοῖς ἐπὶ πλέον, ἢ τοῖς κυάμοις. ὥστε τινὲς ἐξ αὐτῶν καὶ τοὺς ἐν νεφροῖς συνισταμένους λίθους ἐναργῶς θρύπτουσιν. μέλανες δ᾽ εἰσὶν οὗτοι καὶ μικροὶ κατὰ Βιθυνίαν μάλιστα γεννώμενοι, καὶ καλούμενοι κριοί. βέλτιον δὲ τὸν χυλὸν αὐτῶν μόνον πίνειν ἕψοντας ἐν ὕδατι. χρῶνται δὲ καὶ ἐρεβίνθοις οἱ ἄνθρωποι καὶ πρὸ

cis vero nonnunquam vidi parari, quemadmodum et ipforum farinam cum lacte elixari; non enim, ut fabae et pifa, poffunt comminui, ut ex ipfo fracto pulmentum, quod ἐρειγμὸς dicitur, fiat. Apud multas autem gentes mos eft cicera in aqua elixa mandere; nonnulli vero nuda ipfa fola, alii fale modico condientes efitant; noftrates vero ex ficcis cafeis quiddam farinae fimile facientes id ipfis afpergunt. Eft autem cicer edulium non minus, quam faba, flatulentum, fed valentius nutrit, quam illa, ad venerem autem incitat, creditumque etiam eft femen generare; unde quidam equis admiffariis ipfum exhibent. Ineft praeterea ciceribus facultas abftergendi major, quam fabis, adeo ut quaedam ex ipfis calculos in renibus haerentes manifefte comminuant; nigra autem funt ea atque exigua, in Bithynia maxime provenientia, arietinaque ipfa nuncupant. Satius autem eft fuccum ipforum in aqua coctum bibere. Utuntur autem homines et ciceribus

τοῦ πεπανθῆναι χλωροῖς ἔτι, καθάπερ καὶ τοῖς κυάμοις. εἴρηται δ' ἀρτίως ὁ κοινὸς λόγος πάντων τῶν ἀτελῶν καρπῶν, ἔνθα περὶ τῶν κυάμων ὁ λόγος ἦν. ὡσαύτως καὶ περὶ τῶν φρυγομένων ἐρεβίνθων ἀκηκοέναι νόμιζε σὺν τοῖς εἰρημένοις ἐπὶ τῶν κυάμων. ἅπαντα γὰρ τὰ φρυγόμενα τὸ μὲν φυσῶδες ἀποτίθεται, δυσπεπτότερα δὲ καὶ σταλτικώτερα γίνεται, καὶ τροφὴν παχυτέραν δίδωσι τῷ σώματι.

Κεφ. κγ'. [Περὶ θέρμων.] Ἴσμεν δήπου καὶ τοῦτο τὸ σπέρμα πολύχρηστον εἶναι κατὰ θάτερον σημαινόμενον τῆς πολυχρήστου φωνῆς. ὀνομάζεται γὰρ οὕτως τό τε πολλαῖς τοῦ σώματος ἁρμόττον διαθέσεσιν, τό τε πᾶσιν ἀνθρώποις ἢ τοῖς πλείστοις χρήσιμον, εἰ καὶ πρὸς μίαν ἰδέαν χρείας ἅπαντες αὐτοῦ δέοιντο. κατὰ τοῦτο γοῦν αὐτὸ τὸ δεύτερον σημαινόμενον ὁ θέρμος ἐστὶ πολύχρηστον ὄσπριον. ἑψόμενος γὰρ, εἶτα βρεχόμενος ἐν ὕδατι γλυκεῖ, μέχρις ἂν ἀπόθηται πᾶσαν εἰς αὐτὸ τὴν σύμφυτον ἀηδίαν, οὕτως ἐσθίεται διὰ γάρου τε καὶ ὀξυγάρου, καὶ χωρὶς τούτων [327] ἁλσὶ μετρίοις ἡδυνό-

adhuc virentibus, antequam fint matura, quo modo et fabis: nuper autem, cum de fabis ageremus, fermonem fecimus omnibus immaturis fructibus communem. Eadem porro et de frixis ciceribus audiviffe exiftima, quae de fabis frixis diximus, quandoquidem frixa omnia flatum quidem deponunt, verum difficilius coquuntur, et ventrem magis fiftunt, craffiorisque fucci alimentum corpori exhibent.

Cap. XXIII. [De lupinis.] Hoc quoque femen frequentis ufus effe novimus fecundum alteram ejus vocabuli fignificationem, quandoquidem rem aliquam ita appellant, tum quae multis corporis affectibus convenit, tum quae omnibus aut plurimis hominibus eft in ufu, etiamfi utendi ipfa omnibus unica fit neceffitas. Secundum igitur hanc fecundam fignificationem lupinus legumen eft multi ufus; elixus enim, deinde in aqua dulci maceratus tantifper, donec in ea omnem fibi ingenitam exuerit infuavitatem, ita demum manditur cum garo ac oxygaro, vel etiam fine

μενος, οὐχ ὥσπερ ἥ τε κριθὴ καὶ ἄλλα τὰ πολυειδῶς σκευαζόμενα. ἔστι δὲ σκληρὸς καὶ γεώδης τὴν οὐσίαν, ὥστ᾽ ἀνάγκη δύσπεπτον αὐτὸν εἶναι, καὶ παχὺν γεννᾷν χυμὸν, ἐξ οὗ μὴ καλῶς ἐν ταῖς φλεψὶ κατεργασθέντος ὁ καλούμενος ἰδίως ὠμὸς ἀθροίζεται χυμός. ἐπὶ δὲ τὴν σκευασίαν ἀποτιθέμενος ἅπαν ὅσον εἶχε πικρὸν, ὅμοιος γίγνεται τοῖς ἀποίοις ὡς πρὸς αἴσθησιν. εὔλογον οὖν ἐστιν, μήτ᾽ εἰς διαχώρησιν ἐπιτήδειον ὑπάρχειν αὐτὸν, μήτ᾽ εἰς ἐπίσχεσιν ῥεούσης γαστρὸς, ὡς τὰ στύφοντα, βραδύπορον δὲ καὶ δυσαποβίβαστον καὶ δυσδιέξοδον εἰκότως γίγνεσθαι. (316) καλοῦσι γὰρ οὕτως οἱ ἰατροὶ τὰ τοιαῦτα τῶν ἐδεσμάτων, ὅσα μηδεμίαν ἐξέχουσαν ἔχει ποιότητα τῶν παροξύνειν εἰς ἔκκρισιν τὴν κοιλίαν ἢ κωλύειν ἐκκρίνειν δυναμένων. ἐκεῖναι μὲν οὖν οὐχ ὡς τροφαὶ αὐτοῖς ὑπάρχουσιν, ἀλλ᾽ ὡς φάρμακα. ὅσα δὲ καὶ οὐδεμίαν ἔχει σαφῆ τοιαύτην ποιότητα, καλεῖται μὲν εὐλόγως ὑπὸ τῶν ἰατρῶν ἄποια, κατὰ δὲ τὴν ἐν ὑγρότητι καὶ γλισχρότητι διαφορὰν ἢ ταχυπόροις

his fale mediocri conditus, non quo modo hordeum et alia, quae varie apparantur. Eft autem durae ac terreftris fubftantiae; quocirca concoctu fit difficilis fuccumque craffum gignat eft neceffe, ex quo non probe in venis confecto crudus proprie appellatus fuccus acervatur. Caeterum quum inter parandum quicquid habuit amaritudinis deponat, qualitatis, quae fenfu deprehendatur, expertibus fimilis evadit. Par igitur eft ipfum neque ad dejectionem, neque ut aftringentia ad fluentis ventris cohibitionem effe accommodum, fed tarde permeare, et difficulter dejici ac pertranfire, quandoquidem medici cibos ejus generis fic appellant, qui nullam exuperantem habent qualitatem, quae alvum ad excernendum incitet, aut ipfum excernere prohibeat. Illae quidem qualitates alimentis infunt non tanquam alimentis, fed tanquam medicamentis. Quae vero nullam ejusmodi qualitatem habent manifeftam, a medicis quidem jure qualitatis expertia appellantur, fecundum autem differentiam, quae in humiditate, *et ficcitate, craffitie,* ac

αὐτοῖς, ἢ βραδυπόροις, ἢ μέσοις τούτων εἶναι συμβέβηκεν, τοῖς μὲν ὑγροῖς καὶ ὀλισθηροῖς ταχυπόροις, τοῖς σκληροῖς δὲ καὶ ξηροῖς, ὥσπερ ὁ θέρμος, ἔμπαλιν. ὅσα δὲ μεταξὺ τούτων ἐστὶ κατὰ τὰς εἰρημένας διαφορὰς, οὔτε τάχος ἐπίσημον, οὔτε βραδύτητα διαχωρήσεως ἐργάζεται. καθάπερ οὖν ταῦτα περὶ πάντων ἐπίστασθαι προσήκει κοινῇ, κατὰ τὸν αὐτὸν τρόπον καὶ τάδε. τὰ μὲν ὑγρότερα ταῖς συστάσεσιν ἅπαντα βραχεῖαν τροφὴν δίδωσι τῷ σώματι, καὶ ταχέως ἐξατμιζομένην τε καὶ διαφορουμένην, ὡς ἑτέρας αὖθις οὐ διὰ μακροῦ δεῖσθαι, τὰ δὲ σκληρὰ καὶ γεώδη μονίμην τε καὶ πολλὴν καὶ δυσδιαφόρητον. εἰ δὲ καὶ κολλῶδες ἔχει τι, πολὺ δὴ μᾶλλον ἅπαντα ταῦτα ἐναργῶς ἀποτελεῖ. πρόδηλον δ᾽, ὅτι καὶ πεφθῆναι τοῖς τοιούτοις οὐκ εὐπετὲς, ὥσπερ γ᾽ οὐδ᾽ εἰς αἷμα μεταβαλεῖν, οὐδ᾽ ἐξομοιωθῆναι τοῖς στερεοῖς τοῦ ζώου μορίοις· εἰ δὲ τοῦτο, μηδὲ θρέψει ταχέως, ἀλλ᾽ ὅταν γε κρατηθῇ, τροφὴν πολλὴν δίδωσι τῷ σώματι.

lentore fpectatur, accidit ipfis, ut aut tarde aut celeriter tranfeant, aut medio modo inter haec duo fe habeant, humidis quidem ac lubricis, ut celeriter, duris autem et ficcis, veluti lupino, ut tarde tranfeant; quae vero in memoratis differentiis medium inter haec locum obtinent, nec celeritatem infignem, nec tarditatem in dejiciendo efficiunt. Haec ergo quemadmodum de omnibus communiter, ita et haec noffe item oportet, quod omnia fcilicet, quae confiftentia funt humidiora, exiguum corpori praebent alimentum, quod celeriter in halitus exhauritur ac digeritur, ut rurfus alio non multo fit opus, contra dura et terreftria permanens, copiofum, et quod aegre digeratur, corpori dant alimentum; quod fi glutinis quoque nonnihil habeant, multo haec omnia evidentius efficient. Conftat item, haec non facile concoqui, ceu utique nec facile in fanguinem verti, nec folidis animalis partibus affimilari; quod fi ita eft, nec celeriter nutrient, quum tamen victa fuerint, alimentum corpori dant copiofum.

Κεφ. κδ'. [Περὶ τήλεως.] Οὐ μόνον τῆλιν, ἀλλὰ καὶ βούκερας, ἔνιοι δὲ αἰγίκερας ὀνομάζουσι τὸ σπέρμα τοῦτο. τῶν θερμαινόντων δ' ἐστὶν φανερῶς, τὴν αὐτὴν χρείαν παρέχον εἰς ἐδωδὴν τοῖς ἀνθρώποις, ἥν περ οἱ θέρμοι. προλαμβάνουσι γὰρ αὐτὸ διὰ γάρου γαστρὸς ὑπαγωγῆς ἕνεκα, καὶ πολύ γε θέρμων εἰς τοῦτ' ἔστιν ἐπιτηδειότερον, οὐδὲν ἐξ οἰκείας οὐσίας ἔχον δυσδιέξοδον. ἐσθίεται δὲ καὶ δι' ὄξους καὶ γάρου, καθάπερ οἱ θέρμοι, καὶ δι' οἴνου δὲ καὶ γάρου καὶ ἐλαίου. πολλοὶ καὶ τῆλιν ἐσθίουσι, καὶ θέρμους, ἔνιοι δὲ καὶ σὺν ἄρτῳ, καὶ γίγνεται τοῦτ' αὐτοῖς ὄψον αὔταρκες, ἧττον μὲν ὑπάγον τὴν γαστέρα, μήτε δὲ κεφαλῆς ἁπτόμενον, ὥσπερ γε ἡ διὰ τοῦ γάρου τῆλις ἐνίων ἅπτεται, μήτε τὸν στόμαχον ἀνατρέπον, ἐργάζεται γὰρ ἐπί τινων ἡ τῆλις τοῦτο. τῷ δ' αὐτῷ τρόπῳ πρὸς ἐδωδὴν ἔνιοι χρῶνται φασήλοις τε καὶ ὤχροις, ἐφ' ὧν αὐτίκα τὸν κοινὸν ἁπάντων τῶν τοιούτων παραγράψω λόγον. ἐσθίεται δὲ τῆλις ὑπό τινων, καὶ πρὶν ἐκκαρπίσαι τὸ φυτὸν αὐτῆς, ἀποβαπτομένων

Cap. XXIV. [De foeno Graeco.] Semen hoc non foenum Graecum modo, fed et bovis cornu, a nonnullis autem caprae cornu appellatur; inter manifefto autem calefacientia cenfetur, eundemque hominibus in cibo ufum praeftat, quem lupini. Prius enim fumunt ipfum cum garo alvi fubducendae gratia, eftque huic rei multo, quam lupini, accommodatius, quum nihil ex propria fubftantia habeat, quod tranfitum remoretur. Manditur autem et cum aceto et garo, ficut lupini. Multi praeterea et foenum Graecum et lupinos ex vino, garo et oleo fumunt; alii etiam panem addunt, eoque opfonio funt contenti, quod quidem ventrem minus fubducit, caput tamen (ceu nonnullis foenum Graecum ex garo facere folet) non ferit, neque ftomachum fubvertit, nam hoc quoque foenum Graecum in quibusdam efficit. Ad eundem autem modum quidam phafelis et erviliis in cibo utuntur, de quibus mox communem omnium ejusmodi fermonem afcribam. Vefcuntur autem nonnulli foeno Graeco prius, quam ipfius planta femen produxerit, aceto ac garo intingentes;

αὐτὴν εἰς ὄξος καὶ γάρον. ἔνιοι δὲ καὶ τοὔλαιον ἐπιχέοντες ὄψῳ χρῶνται σὺν ἄρτῳ προσφερόμενοι, τινὲς δὲ καὶ μετ᾽ ὄξους καὶ γάρου. κεφαλῆς δὲ ἅπτεται καὶ ἥδε πλεῖον ληφθεῖσα, [328] καὶ μᾶλλον εἰ καὶ χωρὶς ἄρτου προσενέγκαιτό τις αὐτήν· ἐνίοις δὲ καὶ τὸν στόμαχον ἀνατρέπει. χυλὸς δὲ ἑψηθείσης τῆς τήλεως μετὰ μέλιτος λαμβανόμενος ἐπιτήδειός ἐστιν ὑπάγειν ἅπαντας τοὺς ἐν τοῖς ἐντέροις μοχθηροὺς χυμοὺς, τῇ μὲν γλισχρότητι τὸ προσηνὲς ἔχων, τῇ δὲ θερμότητι τὸ παρηγορικόν. ὅτι δὲ καὶ ῥυπτικῆς μετέχει δυνάμεως, ἐπὶ τὴν ἔκκρισιν παρορμᾷ τὸ ἔντερον. ὀλίγον δ᾽ εἶναι χρὴ τὸ μιγνύμενον αὐτῷ μέλι, μὴ περιγένηται τὸ δακνῶδες. ἐπὶ δὲ τῶν κατὰ τὸν θώρακα χρονιζόντων ἀλγημάτων ἄνευ πυρετοῦ συνέψειν μὲν αὐτῇ χρὴ λιπαροὺς φοίνικας, ἐκθλίψαντας δὲ τὸν χυλὸν, εἶτα μέλιτι μίξαντας δαψιλεῖ, κἄπειτα ἑψήσαντας αὖθις ἐπ᾽ ἀνθράκων ἄχρι πάχους συμμέτρου, χρῆσθαι πρὸ πολλοῦ τῶν σιτίων.

Κεφ. κε΄. [Περὶ φασήλων καὶ ὤχρων.] Καὶ ταῦτα τὰ σπέρματα, καθάπερ καὶ τὴν τῆλιν, ὕδατι προδιαβρέχοντες οἱ

quidam autem oleum affundentes, eo opfonii vice cum pane utuntur; funt qui cum aceto quoque et garo ipfum mandant. Caput autem hoc quoque fumptum copiofius ferit; quod faciet impenfius, fi quis ipfum fine pane fumpferit: quibusdam item ftomachum fubvertit. Succus autem elixi foeni Graeci cum melle fumptus ad omnes pravos humores, qui in inteftinis habentur, fubducendos eft accommodus, fuo quidem lentore leniens, calore autem dolorem mitigans; quod autem abfterforiae facultatis quoque fit particeps, inteftina etiam ad excretionem inftigat; fed parcius mel ei eft admifcendum, ne mordacitas exuperet. In diuturnis vero thoracis citra febrem affectibus pingues cum eo palmulas elixare quidem oportet, ubi autem fuccum ipfum expreffum copiofo melli mifcueris, ac rurfum fuper carbones ad mediocrem craffitiem coxeris, tum demum longe ante cibum uti.

Cap. XXV. [De phafelis et erviliis.] Haec quoque femina homines, quomodo et foenum Graecum, prius in aqua,

ἄνθρωποι μέχρι τοῦ φῦσαι ῥίζαν ἐσθίουσιν πρὸ τῆς ἄλλης τροφῆς ὑπαγωγῆς ἕνεκα γαστρὸς, ἐναποβάπτοντες γάρῳ. τρόφιμον δ᾽ ἔχει τὸν χυμὸν, ὅταν ἀναδοθῇ, πεφθέντα μᾶλλον τήλεως. καί τινα νεανίσκον οἶδα, κατὰ τὴν Ἀλεξάνδρειαν ἰατρικὴν τέχνην ἐξασκοῦντα, καθ᾽ ἑκάστην ἡμέραν ὄψῳ χρώμενον ἐτῶν τεττάρων μόνοις τούτοις, τήλει λέγω, καὶ φασήλοις, καὶ ὤχροις, καὶ θέρμοις. ἥψατο δέ ποτε καὶ τῶν ἐκ τῆς Μέμφιδος ἐλαιῶν, καὶ λαχάνων, καὶ καρπῶν ὀλίγων, ὅσοι χωρὶς ἑψήσεως ἐσθίονται· προὔκειτο γὰρ αὐτῷ μηδὲ πῦρ ἀνάπτειν. ὑγιαίνετο οὖν ἐν ἅπασιν ἐκείνοις τοῖς ἔτεσι, καὶ τὴν τοῦ σώματος ἕξιν κατ᾽ οὐδέν τι χείρονα τῆς ἐξ ἀρχῆς ἔσχεν. ἤσθιεν δ᾽ αὐτοὺς μετὰ γάρου δηλονότι, τῷ γάρῳ ποτὲ μὲν ἔλαιον ἐπεμβάλλων μόνον, ποτὲ δὲ καὶ οἶνον, ἔστι δ᾽ ὅτε καὶ ὄξος, ἐνίοτε δὲ καὶ μεθ᾽ ἁλῶν μόνον, ὥσπερ καὶ τοὺς θέρμους. περὶ μὲν οὖν διαίτης ὑγιεινῆς εἴρηται μέν τι κἀν τῇ τῶν ὑγιεινῶν πραγματείᾳ κατὰ διέξοδον, εἰρήσεται δὲ καὶ κατὰ τόνδε τὸν λόγον αὖθις ἐν βραχέσι κεφα-

quoad radicem produxerint, macerantes, ventris fubducendi gratia mandunt ante alios cibos, garo intingentes. Succum autem, quum coctus eft atque in corpus diftributus, habent copiofioris alimenti, quam foenum Graecum. Atque in Alexandria juvenem quendam novi arti medicae deditum, qui per annos quatuor fingulis diebus folis his pro opfonio utebatur, phafelos dico, foenum Graecum, erviliam et lupinos; attigit autem interdum et olivas ex Memphide, et olera, et paucos fructus, eos, qui citra coctionem manduntur; propofitum enim ei erat ignem nunquam accendere. Omnibus certe illis annis fanus fuit, nec ulla in re habitu corporis fuit deteriore, quam ab initio. Mandebat autem fructus hujuscemodi cum garo, fcilicet oleum aliquando folum ei adjiciens, nonnunquam etiam vinum, alias acetum, interdum vero falem tantum, ficut et lupinos. At de falubris quidem victus ratione in libris De tuenda fanitate copiofe tractavimus, tractabimus autem rurfus et in hoc opere fummatim. Nunc autem iis, quae

λαίοις. νυνὶ δὲ περὶ τῶν ὤχρων τε καὶ φασήλων οἷς εἶπον ἔτι καὶ τοῦτο προσκείσθω. μέσα πώς ἐστιν ἐδέσματα ταῦτα εὐχύμων τε καὶ κακοχύμων, εὐπέπτων τε καὶ δυσπέπτων, βραδυπόρων τε καὶ ταχυπόρων, φυσωδῶν τε καὶ ἀφύσων, ὀλιγοτρόφων τε καὶ πολυτρόφων. οὐδὲ γὰρ οὐδὲ ποιότητα δραστήριον ἔχει, καθάπερ ἔνια τῶν δριμεῖς, ἢ στρυφνοὺς, ἢ ἁλυκοὺς, ἢ πικροὺς, ἢ γλυκεῖς ἐχόντων χυμούς.

Κεφ. κς'. [Περὶ λαθύρων.] Παραπλήσιοι μέν εἰσιν τὴν οὐσίαν οἱ λάθυροι τοῖς ὤχροις τε καὶ φασήλοις, χρῶνται δ' αὖ καὶ τούτοις πλείστοις οἱ κατὰ τὴν ἡμετέραν Ἀσίαν ἀγροῖκοι, καὶ μάλιστα κατὰ τὴν Μυσίαν τε καὶ Φρυγίαν, οὐ μόνον ὥσπερ ὤχροις τε καὶ φασήλοις οἱ κατὰ τὴν Ἀλεξανδρείαν τε καὶ πολλὰς ἄλλας πόλεις, ἀλλὰ καὶ σκευάζοντες ὁμοίως τῇ φακοπτισάνῃ. χυλὸν δὲ ἔχουσι τῇ μὲν δυνάμει παραπλήσιον τοῖς ὤχροις τε καὶ φασήλοις, παχύτερον δὲ συστάσει, καὶ διὰ τοῦτό γ' αὐτὸ τροφιμώτεροί πως ἐκείνων εἰσίν.

de erviliis ac phafelis dicta funt, id quoque addatur, haec edulia medium quodammodo locum obtinere inter ea, quae fuccum bonum et pravum generant, inter concoctu facilia et difficilia, tarde et celeriter tranfeuntia, flatulenta et flatus expertia, parum et multum nutrientia; nullam enim efficacem habent qualitatem inftar quorundam, quae acres, aut aufteros, *aut acerbos*, aut falfos, aut amaros, aut dulces habent fapores.

Cap. XXVI. [De cicerculis.] Cicerculae fubftantia quidem erviliis et phafelis funt affimiles. Utuntur autem his plurimum in noftra Afia ruftici, et potiffimum in Myfia et Phrygia, non modo, quemadmodum in Alexandria et aliis plerisque urbibus erviliis et phafelis, fed etiam ut phacoptifanam parantes. Succum autem habent phafelis et erviliis facultatibus quidem confimilem, fed confiftentia craffiorem; ob eamque ipfam caufam plus aliquanto, quam illa, nutriunt.

Κεφ. κζʹ. [329] [Περὶ ἀράκων.] Τὴν ὑστάτην συλλαβὴν τοῦ τῶν ἀράκων ὀνόματος διὰ τοῦ κ γεγραμμένην εὑρίσκομεν ἐν ταῖς Ἀριστοφάνους Ὁλκάσιν, ἔνθα φησίν·

Ἀράκους, πυρούς, πτισάνην, χόνδρον, ζειάς, αἴρας, σεμίδαλιν. παραπλήσιον δ' ἐστὶ τὸ σπέρμα τῷ τῶν λαθύρων, καί τινές γ' οὐχ ἕτερον εἶναι γένος ἐκείνων νομίζουσιν αὐτό. καὶ γὰρ καὶ ἡ χρῆσις ἅπασα καὶ ἡ δύναμις αὐτοῦ παραπλησία τῇ τῶν λαθύρων ἐστὶν, πλὴν ὅσον σκληρότεροί τε καὶ δυσεψητότεροι, καὶ διὰ τοῦτο καὶ δυσπεπτότεροι τῶν λαθύρων εἰσὶν οἱ ἄρακοι. παρ' ἡμῖν δὲ ἄγριόν τι καὶ στρογγύλον, καὶ σκληρὸν, ὀρόβου μικρότερον ἐν τοῖς Δημητρίοις καρποῖς εὑρισκόμενον, ὀνομάζουσιν ἄραχον, οὐ διὰ τοῦ κ τὴν ἐσχάτην συλλαβὴν, ἀλλὰ διὰ τοῦ χ φθεγγόμενοι, καὶ ῥίπτουσιν αὐτὸν ἐκλέγοντες, ὥσπερ καὶ τὸν πελεκῖνον.

Κεφ. κηʹ. (317) [Περὶ δολίχων.] Τὸ τῶν δολίχων ὄνομα γέγραπται μὲν καὶ παρὰ τῷ Διοκλεῖ μετὰ τῶν ἄλλων, ὅσα τῶν τρεφόντων ἡμᾶς σπερμάτων εἰσὶν ὀνόματα, γέγραπται δὲ κἀν τῷ περὶ διαίτης Ἱπποκράτους, ὑπὲρ οὗ καὶ

Cap. XXVII. [De aracis.] Poftremam nominis aracorum fyllabam fcriptam per c in Ariftophanis Holcadibus invenimus, ubi inquit: *Aracos, triticum, ptifanam, alicam, zeiam, lolium, fimilaginem.* Semen hoc cicerculae femini eft affimile, fueruntque nonnulli, qui putarent, ipfum non effe generis a cicercula diverfi, quandoquidem et ufus ipfius omnis, et facultas cicerculae facultati eft affimilis, nifi quod araci funt duriores, minusque facile elixantur; quae caufa etiam eft, cur cicerculis concoctu fint difficiliores. Apud nos autem fylveftre quoddam rotundum ac durum ervoque exilius, in fructibus cerealibus repertum, arachum nominant, non per c, fed per ch ultimam fyllabam proferentes, et ipfum detergent, uti et femen fecuridacae, feligentes.

Cap. XXVIII. [De dolichis.] Dolichorum nomen a Diocle quidem fcriptum eft una cum aliorum quoque feminum nos alentium nominibus; fcriptum autem etiam eft in libro Hippocratis De ratione victus, cujus etiam libri antea

πρόσθεν ἤδη διῆλθον. ἡγοῦμαι δ' αὐτοὺς οὕτως ὀνομάζειν τὸ σπέρμα τοῦ κηπευομένου φυτοῦ, καλουμένου δὲ νῦν ὑπο τῶν πολλῶν κατὰ τὸν πληθυντικὸν ἀριθμὸν διττῶς. ἔνιοι μὲν γὰρ λοβοὺς, ἔνιοι δὲ φασηόλους ὀνομάζουσιν αὐτοὺς διὰ τεττάρων συλλαβῶν τὴν φωνὴν προφερόμενοι, καὶ διὰ τοῦτο ποιοῦντες ἕτερον ὄνομα τῶν διὰ τριῶν συλλαβῶν λεγομένου φασήλου. τινὲς δὲ τὸν αὐτὸν εἶναι λέγουσι τὸν φάσηλον τῷ λαθύρῳ, τινὲς δὲ εἶδος αὐτοῦ. τούς γε μὴν δολίχους τεκμαίροιτο ἄν τις ὀνομάζεσθαι τὰ κηπευόμενα ταῦτα φυτὰ κἀξ ὧν Θεόφραστος περὶ αὐτῶν εἶπεν ἐν τῷ ὀγδόῳ περὶ φυτῶν ἱστορίας. ἔχει δὲ ἡ λέξις ὧδε. καὶ τὰ μέν ἐστιν ὀρθόκαυλα, καθάπερ πυρὸς καὶ κριθὴ, καὶ ὅλως τὰ σιτώδη καὶ τὰ θερινά· τὰ δὲ πλαγιόκαυλα, οἷον ἐρέβινθος, ὄροβος, φακός· τὰ δὲ ἐπιγειόκαυλα, καθάπερ ὦχρος, πίσσος, λάθυρος. ὁ δὲ δόλιχος, ἐὰν παρακαταπήξῃ τις ξύλα μακρὰ, ἀναβαίνει καὶ γίνεται κάρπιμος, εἰ δὲ μὴ, φαῦλος καὶ ἐρημώδης. ἐκ δὲ τοῦ παραπηγνύναι κελεύειν ξύλα μακρὰ καὶ, μὴ γενομένου τούτου, φάσκειν, ἐρημώδεις αὐτοὺς

abunde memini. Exiſtimo autem, ipſos ſic appellare ſemen plantae hortenſis, quam nunc vulgo numero multitudinis biſariam nominant; quidam enim ſiliquas, alii phaſeolos nuncupant vocem ipſam quatuor ſyllabis proferentes, eoque modo nomen diverſum ab eo, quod tribus ſyllabis pronunciatur, phaſeli ſcilicet, efficientes. Sunt qui phaſelum eundem cum cicercula eſſe dicant, alii ipſius ſpeciem. Quod tamen ad dolichos attinet, conjectare quis poſſit, eos nominari plantas has hortenſes, vel ex iis, quae Theophraſtus in octavo de plantarum hiſtoria ſcripſit ad hunc modum: *Et aliis quidem caulis eſt erectus, ut tritico, hordeo et omnino frumentaceis atque aeſtivis, aliis autem tendens in latus potius, ut ciceri, ervo, lenti, aliis humi procidens, ut erviliae, piſo, cicerculae; dolichus vero, ſi ligna longa affixeris, aſcendet et frugiſer fiet, alioqui vitioſus atque ſterilis reddetur.* Ex eo autem, quod ligna longa jubet affigi, affirmatque, niſi id fiat, ſteri-

ἀποτελεῖσθαι, τεκμήραιτ' ἄν τις, τὸν λόγον αὐτοῦ περὶ τῶν νῦν καλουμένων φασήλων τε καὶ λοβῶν εἶναι. αὐτὸς δὲ λοβοὺς ὀνομάζει τὰ περιέχοντα τὸ σπέρμα τῶν τοιούτων ὀσπρίων, ὁποῖόν ἐστι φακὸς καὶ ὄροβος, καὶ πισσὸς, καὶ κύαμος, καὶ θέρμος. ὥσπερ γὰρ τὰ σιτηρὰ σπέρματα περιέχουσιν οἱ ἀστάχυες, οὕτω τὰ νῦν εἰρημένα οἱ λοβοὶ, καὶ τούς γε δολίχους καὶ αὐτοὺς οἱ λοβοὶ περιίσχουσι. καὶ κατὰ τοῦτο οἶμαι τὸν ὅλον καρπὸν ὑπὸ τῶν νῦν ἀνθρώπων ὀνομάζεσθαι λοβοὺς, ὥσπερ ἀστάχυας ὅλους σιτηροὺς καρπούς. ἴσμεν δὲ καὶ ἄλλα πολλὰ τῶν ἐν πολλῇ χρήσει παρὰ τοῖς ἀνθρώποις ὄντων ὅλου τοῦ γένους τοὔνομα σφετερισάμενα, καθάπερ τὸν κάλαμον, ᾧ γράφομεν, καὶ τὸ μέλαν. ἐν τῷ περὶ διαίτης Ἱπποκράτει οὕτως γέγραπται. οἱ δὲ πισσοὶ φυσῶσι μὲν ἧττον, διαχωροῦσι δὲ μᾶλλον, ὦχροι δὲ καὶ δόλιχοι διαχωρητικώτεροι τούτων, ἧσσον δὲ φυσώδεις, τροφιμώτεροι δέ. παραβάλλων γὰρ ἐν ταύτῃ τῇ ῥήσει τοὺς πισσοὺς τοῖς κυάμοις, ὑπὲρ ὧν ὡς φυσώδους ἐδέσματος προειρήκει, τοὺς δ' [330] ὤχρους καὶ δολίχους ἐφεξῆς γράφων,

les ipfos reddi, poffet quis conjectare, ipfum verba facere de iis, quos nunc phafeolos feu filiquas appellant; ipfe autem filiquas ea appellat, quae femen eorum leguminum, cujusmodi eft lens, ervum, pifum, faba ac lupinus, continent. Quemadmodum enim frumentacea femina fpicis, ita memorata jam filiquis continentur; atque ipfos quidem dolichos filiquae continent; ob eamque, opinor, caufam fructum totum vulgo nunc filiquas nominant, quo modo totos frumentaceos fructus fpicas. Non me autem fugit, alia quoque multa effe, quibus homines multum utuntur, quae generis totius nomen fibi affumpferint, ut calamus, quo fcribimus, et atramentum. In libro autem De ratione victus Hippocrates fcriptum fic reliquit. *Pifa minus quidem inflant, fed magis per alvum fecedunt, erviliae autem et dolichi his quidem fecedunt celerius, verum minus funt flatulenti et nutriunt uberius.* Quum enim Hippocrates his verbis pifa fabis comparet, quarum prius, ut cibi flatulenti, meminerat, deinde ervilias et dolichos

Ed. Chart. VI. [330.] Ed. Baf. IV. (317.)

ἐνδείκνυται τῶν ὁμογενῶν τι τοῖς προειρημένοις σπερμάτων εἶναι τὸν δόλιχον, καὶ μάλιστα τοῖς ὤχροις. ἀλλ' ἐκ τοῦ μηδ' ὅλως αὐτὸν μνημονεῦσαι λαθύρων καὶ φασήλων ὑποψία τίς ἐστιν, ὡς ἐκείνων τῶν σπερμάτων τι ἐνδεχόμενον εἴη κεκλῆσθαι δόλιχον. εἰ δὲ καὶ τοὺς φασήλους τις ἐν τῷ γένει τῶν λαθύρων περιλαμβάνει, τῷ γε τοὺς λαθύρους μὴ δύνασθαι λεχθῆναι δολίχους ἐν τῇ προειρημένῃ ῥήσει, διαφυγεῖν οὐχ οἷόν τε. καὶ Διοκλῆς δ' ἐν τῷ ὀσπρίων καταλόγῳ κυάμους πρῶτον εἰπὼν, εἶτα πισσοὺς, ἐφεξῆς γράφει κατὰ λέξιν οὕτως. δόλιχοι δὲ τρέφουσι μὲν οὐχ ἧττον τῶν πισσῶν, ἄφυσοι δ' εἰσὶν παραπλησίως, πρὸς ἡδονὴν δὲ καὶ διαχώρησιν χείρους. ἀλλὰ καὶ οὗτος ἐφεξῆς ὤχρων μὲν καὶ φακῶν, ἐρεβίνθων τε καὶ ὀρόβων μνημονεύσας, παραλιπὼν δὲ τὸ τῶν λαθύρων ὄνομα, τὴν αὐτὴν ἀμφιβολίαν παρέχει. καί τις δύναται λέγειν, ἓν εἶναι γένος ταῦτα πάντα, λαθύρους, ὤχρους, φασήλους, ὀνόμασι πλείοσι κεχρημένα, τάχα μὲν ὡς κίων καὶ στύλος δὲ κατά τινας ἐμφαι-

afcribat, in eo fignificat, dolichon ejusdem elle generis cum praedictis feminibus, et potiffimum cum erviliis. Verum quum nullam prorfus cicerculae aut phafeli mentionem fecerit, fufpicari quodammodo poffumus, illorum feminum quoddam licere appellare dolichon. Quod fi quis phafelos quoque in cicercularum genere reponat, negare faltem non poterit, quin cicerculae in praedicta oratione dolichi appellari queant. Nam et Diocles in leguminum catalogo ut fabas primas recenfuit, mox pifa, deinceps ad verbum fic fcribit. *Dolichi vero non minus quam pifa nutriunt; praeterea flatu fimiliter carent; quod vero ad fuavitatem pertinet ac dejectionem, vincuntur.* Verum is quoque deinceps erviliae quidem et lentis, et ciceris, et orobi mentionem faciens, cicerculae autem nomen praetermittens, eandem praebet dubitationem. Dicere tamen quis poffit, omnia haec, ervilias, cicercula, phafelos, unum effe genus, verum pluribus nominibus appellari, fortaffe ut ftylum et columnam propter quas-

νομένας αὐτοῖς διαφοράς. ἀλλά τό γε τοὺς δολίχους οὐχ ἧττόν τε τῶν πισσῶν τρέφειν, ἀφύσους τε εἶναι παραπλησίως ἐκείνοις, ἐνδεικτικόν ἐστι τοῦ κεκληκέναι τὸν Διοκλέα τοὺς νῦν ὀνομαζομένους φασηόλους οὕτως. ὁ γάρ τοι λάθυρος οὐκ ἔστιν ἀφυσότερος πισσοῦ, καθάπερ οὐδὲ ὦχρος, οὐδὲ φάσηλος, εἴθ᾽ ἓν γένος ἐστὶν, ὡς ἔφην, εἴτε καὶ διαφοραί τινες ἑνὸς γένους ταῦτα. Φιλότιμος δὲ καὶ Πραξαγόρας οὐδενὸς τῶν τοιούτων ἐδεσμάτων ἐμνημόνευσαν, ὅτι μὴ κυάμων τε καὶ πισσῶν μόνων, ὥστε παρά γε τούτων οὐδὲν ἔχομεν εὐπορῆσαι περὶ τοῦ τῶν δολίχων ὀνόματος, ἐφ᾽ ὅτῳ πράγματι τέτακται. καὶ τοίνυν καλείτω μὲν ἕκαστος, ὡς ἂν θέλῃ, τοὺς νῦν ὑπὸ τῶν πολλῶν ὀνομαζομένους φασηόλους τε καὶ λοβοὺς, ἴστω δὲ τὴν δύναμιν αὐτῶν οὖσαν, οἵαν Διοκλῆς εἶπε περὶ τῶν δολίχων. ἐγγὺς δὲ τῆς γνώμης αὐτῶν καὶ ὁ ἐν τῷ περὶ διαίτης Ἱπποκράτης γράψας ἥκει, τοὺς ὤχρους καὶ τοὺς δολίχους διαχωρητικωτέρους μὲν εἶναι τῶν πισσῶν λέγων, ἧττον δὲ φυσώδεις καὶ τροφίμους εἶναι αὐτοὺς μαρτυρεῖ. καὶ γὰρ οὕτως ἔχει, πλὴν

dam differentias, quae in ipsis apparent. Verumtamen quod dolichi non minus pisis nutriant, tum quod aeque ac pisa flatu careant, indicio esse debet, Dioclem dolichos appellasse, quos nunc phaseolos nominant; siquidem cicercula non magis quam pisa flatu caret, quemadmodum nec ervilia, nec phaselus, sive haec (ut dixi) unum genus, sive unius generis sint differentiae. Philotimus autem et Praxagoras nullius ciborum hujusmodi meminerunt, nisi fabarum dumtaxat et pisorum; quamobrem nihil ex illis, quidnam dolichorum nomine significetur, possumus colligere. Itaque vocet quisque, quo libeat nomine, quos nunc vulgo phaselos et siliquas appellant, dum sciat, ea talem obtinere facultatem, cujusmodi Diocles dolichis attribuit. Ad cujus sententiam Hippocrates in libro De ratione victus prope accedit, quum inquit, ervilias et dolichos facilius dejici, quam pisa, ac minus inflare; praeterea alere ipsos testatur. Nam ita res habet, nisi

Ed. Chart. VI. [330.] Ed. Baf. IV. (317.)

ὅτι σὺν τοῖς λοβοῖς ὅλους ἐσθίουσιν ἔτι χλωροὺς ὄντας αὐτοὺς οἱ ἄνθρωποι δι᾽ ἐλαίου καὶ γάρου τοὐπίπαν· ἔνιοι δὲ καὶ οἶνον ἐπιβάλλουσιν. εἰς ἀπόθεσιν δὲ οὐ χρῶνται, καθάπερ τοῖς πισσοῖς· ὑγρότεροι γὰρ ὄντες τὴν φύσιν εἰώθασι διαφθείρεσθαι. τῷ βουλομένῳ δ᾽ ἀσφαλῶς ἀποθέσθαι καὶ τούτους, ὥσπερ ὁ ἐμὸς πατὴρ ἐποίει, ξηραντέον ἐστὶν ἀκριβῶς αὐτούς· οὕτως γὰρ ἄσηπτοί τε καὶ ἀδιάφθοροι μένουσιν ὅλῳ χειμῶνι, τὴν αὐτὴν χρείαν τῷ πισσῷ παρεχόμενοι. τῶν φίλων δέ τις ἐν Ῥώμῃ διατρίβων ἔλεγεν, ἐν Καρίᾳ κατὰ τὴν ἑαυτοῦ πατρίδα καλουμένην Κέραμον σπείρεσθαι τοῖς ἄλλοις ὀσπρίοις ὡσαύτως τοὺς δολίχους ἐν ταῖς ἀρούραις, ἔχοντας τὸ σχῆμα προμηκέστερον λαθύρων.

Κεφ. κθ΄. [Περὶ ὀρόβων.] Οἱ βόες ἐσθίουσι τοὺς ὀρόβους παρ᾽ ἡμᾶς τε καὶ ἄλλα πολλὰ τῶν ἐθνῶν ὕδατι προγλυκανθέντας· οἱ δὲ ἄνθρωποι τελέως ἀπέχονται τοῦ σπέρματος τούτου, καὶ γὰρ ἀηδέστατόν ἐστι καὶ κακόχυμον· ἐν λιμῷ δέ ποτε μεγάλῳ, καθὰ καὶ Ἱπποκράτης ἔγραψεν, ἐξ ἀνάγκης βιαίας ἐπ᾽ αὐτὸ παραγίνονται. προπαρασκευά-

quod integros et etiamnum virides una cum fuis filiquis ex oleo et garo ut plurimum homines mandunt; nonnulli autem vinum etiam adjiciunt. Sed eos, ut pifa, non reponunt propter humiditatem copiofiorem, cujus occafione folent corrumpi; quod fi quis eos quoque fecure velit reponere, ficuti pater meus factitabat, ficcare ipfos penitus oportet; fic enim hyeme tota manent imputres et incorrupti, eundem nobis ufum quem pifa praeftantes. Quidam meorum amicorum Romae agens mihi narravit, in Caria in patria fua, quam Ceramum appellabat, in agris dolichos non aliter quam alia legumina feri, figuramque eos habere cicerculis longiorem.

Cap. XXIX. [De ervo.] Boves tum apud nos, tum apud alias plerasque gentes ervum prius in aqua dulcoratum pafcuntur; homines vero ab hoc femine prorfus abftinent, eft enim infuaviffimum et pravi fucci; in magna tamen fame (quemadmodum Hippocrates quoque fcripfit) neceffitate coacti ad ipfum nonnunquam accedunt. Nos vero ad

ἕψοντες δ᾽ ἡμεῖς, ὥσπερ τοὺς θέρ[331]μους, χρώμεθα μετὰ μέλιτος τοῖς ὀρόβοις, ὡς φαρμάκοις τῶν κατὰ θώρακα καὶ πνεύμονα παχέων ὑγρῶν ἐκκαθαρτικοῖς. ἧττον δ᾽ εἰσὶ φαρμακώδεις ἐν αὐτοῖς οἱ λευκοὶ τῶν πρὸς τὸ ξανθὸν ἢ ὠχρὸν ἀφισταμένων. οἱ δ᾽ ἀφεψηθέντες δὶς ἀπογλυκανθέντες τε δι᾽ ὕδατος πολλάκις ἀποτίθενται μὲν τὴν ἀηδίαν, ἀποτίθενται δὲ σὺν αὐτῇ καὶ τὴν ῥυπτικήν τε καὶ τμητικὴν δύναμιν, ὥστε ὑπολείπεσθαι τὸ γεῶδες αὐτῶν τῆς οὐσίας, ὃ χωρὶς πικρότητος ἐπιφανοῦς ἔδεσμα ξηραντικὸν γίγνεται.

Κεφ. λ΄. [Περὶ σησάμου καὶ ἐρυσίμου.] Λιπαρόν ἐστι τὸ τῶν σησάμων σπέρμα, διὸ καὶ τάχιστα κείμενον ἐλαιηρὸν γίνεται. διὰ τοῦτο οὖν ἐμπίπλησί τε τοὺς ἐσθίοντας αὐτὸ ταχέως, ἀνατρέπει τε τὸν στόμαχον, καὶ βραδέως πέττεται, καὶ τροφὴν δίδωσι τῷ σώματι λιπαράν. εὔδηλον οὖν, ὅτι τόνον καὶ ῥώμην ἐντιθέναι τοῖς κατὰ τὴν γαστέρα μορίοις οὐ δύναται, καθάπερ οὐδὲ ἄλλο τι τῶν λιπαρῶν. ἔστι δὲ παχύχυμον· καὶ διὰ τοῦτο οὐδὲ διεξέρχεται ταχέως. ἐσθίουσι δὲ αὐτὸ μόνον μὲν οὐ πάνυ τι, (318) σὺν μέλιτι δὲ ἀπέφθῳ

eundem modum quo lupinos praeparantes, ervis cum melle utimur ceu medicamentis craffos thoracis ac pulmonis humores expurgantibus. Porro inter erva alba minus funt medicamentofa iis, quae ad flavitiem aut pallorem recedunt. Quae vero cocta bis fuerint, et in aqua identidem dulcorata, infuavitatem quidem deponunt, fed una etiam cum ea abftergendi et incidendi facultatem, ut fola in eis relinquatur terreftris fubftantia, quae fubftantia alimentum fit, quod citra infignem amarorem deficcandi vim habet.

Cap. XXX. [De fefamo et eryfimo.] Sefami femen pingue eft, ideoque repofitum celerrime fit oleofum; quamobrem eos, qui ipfo vefcuntur, celeriter implet ftomachumque fubvertit ac tarde concoquitur pingueque corpori praebet alimentum. Liquet ergo, quod ventriculi partibus vigorem ac robur addere nequit, quemadmodum neque aliud quodvis pingue. Eft autem craffi fucci, ideoque non propere pervadit. Ipfo autem folo non admodum vefcuntur, fed cum

τὰς καλουμένας ὑπὸ τῶν πολλῶν σησαμίδας ἀναπλάττοντες. ἐπιπάττουσι δὲ καὶ τοῖς ἄρτοις αὐτό. ὥσπερ δὲ κέγχροις ἔλυμος, ὃν καὶ μελίνην ἔφαμεν ὀνομάζεσθαι, παραπλήσιον μέν πώς ἐστιν, χεῖρον δὲ πάντη, κατὰ τὸν αὐτὸν τρόπον ἐρύσιμον σησάμῳ κατὰ τὴν τοῦ σώματος οὐσίαν ὁμογενές πως ὂν, ἀηδέστερόν τ᾽ ἐστὶ βρωθῆναι, καὶ τροφὴν ἧττονα δίδωσι τῷ σώματι, καὶ πάντη χεῖρον ὑπάρχει. θερμὰ δέ ἐστι ταῖς κράσεσιν ἄμφω, καὶ διὰ τοῦτο καὶ διψώδη.

Κεφ. λα΄. [Περὶ μήκωνος σπέρματος.] Τῆς ἡμέρου μήκωνος σπέρμα χρήσιμόν ἐστιν ἐπιπαττόμενον ἄρτοις, ὡς ἥδυσμα, καθάπερ καὶ τὰ σήσαμα. βέλτιον δ᾽ ἐστὶ τὸ λευκότερον σπέρμα τοῦ μελαντέρου, δύναμιν δ᾽ ἔχει ψυκτικὴν, καὶ διὰ τοῦτο καὶ ὑπνωτικόν ἐστιν· εἰ δὲ καὶ πλέον ληφθείη, καὶ καταφορικὸν, καὶ δύσπεπτον, ἔτι τε τῶν ἐκ θώρακος καὶ πνεύμονος ἀναβηττομένων ἐπισχετικόν. ὠφελεῖ μέντοι τοὺς ἐκ κεφαλῆς καταῤῥοϊζομένους λεπτῷ ῥεύματι. τροφὴν δὲ οὐκ ἀξιόλογον παρέχει τῷ σώματι.

mello crudo, quas vulgo fefamidas vocant, effingentes. Panibus etiam infpergitur. Porro quemadmodum milio panicum (quod etiam *μελίνην* diximus appellari) affimile quidem quodammodo eft, verum undequaque deterius, ad eundem modum et fefamo eryfimum corporis fubftantia quodam pacto eft affine, fed in cibo eft infuavius, corporique alimentum parcius exhibet, praedictoque omnino eft deterius. Caeterum utrumque temperamento eft calidum, ob eamque caufam fitim etiam excitat.

Cap. XXXI. [De papaveris femine.] Sativi papaveris femen panibus utiliter, ceu condimentum, infpergitur non fecus ac fefamum, verum album nigro praeftat. Refrigerandi autem habet facultatem, ideoque fomniferum etiam eft; quod fi fumptum liberalius fuerit, cataphoram inducet, difficileque concoquetur. Inhibet praeterea quae ex thorace ac pulmone tuffi expuuntur. Confert vero iis, qui catarrhis fluxu tenui a capite defluentibus infeftantur. Corpori autem nullum memorabile praeftat alimentum.

Κεφ. λβ'. [Περὶ λίνου σπέρματος, ὃ καὶ συνθέτως ὀνομάζουσι λινόσπερμον.] Χρῶνται μὲν αὐτῷ καὶ φρύγοντες ἔνιοι, καθάπερ τοῖς σκευαστοῖς ἁλσὶν, ὡς ὄψῳ μετὰ γάρου, χρῶνται δὲ καὶ μέλιτι φυρῶντες. ἐπιπάττουσι δὲ ἔνιοι καὶ τοῖς ἄρτοις αὐτὸ, κακοστόμαχόν τε καὶ δύσπεπτον ὑπάρχον, καὶ τροφὴν ὀλίγην τῷ σώματι παρέχον. εἰς δὲ διαχώρησιν γαστρὸς οὔτ' ἂν ἐπαινέσαις οὔτ' ἂν ψέξαις αὐτό· μετέχει γε μὴν βραχύ τι καὶ τῆς οὐρητικῆς δυνάμεως, ὃ μᾶλλον γίνεται φανερὸν, ἐπειδὰν φρυγὲν ἐσθίηται· τηνικαῦτα δ' ἵστησί πως μᾶλλον τὴν γαστέρα. χρῶνται δ' οἱ κατὰ τοὺς ἀγροὺς ἄνθρωποι πολλάκις αὐτῷ, μετὰ τὸ φρύξαι καὶ λειῶσαι μέλι μιγνύντες.

Κεφ. λγ'. [332] [Περὶ ὁρμίνου.] Καὶ τούτῳ χρῶνται φρύγοντες, εἶτα λειοῦντες, ὡς ἄλευρον γενέσθαι, μιγνύουσι δ' αὐτῷ καὶ μέλιτος. ὀλίγον δ' ἔχει τὸ τρόφιμον ἐν ἑαυτῷ, μεταξὺ τὴν φύσιν ὑπάρχον ἐρυσίμου τε καὶ κυμίνου.

Κεφ. λδ'. [Περὶ καννάβεως σπέρματος.] Οὐχ, ὥσπερ αὐτὸ τὸ φυτὸν τῆς καννάβεως ἔοικέ πως τῷ ἄγνῳ, καὶ τὸ

Cap. XXXII. [De lini femine, quod etiam compofito nomine linofpermon dicitur.] Nonnulli frixo quidem ipfo, ut opfonio, cum garo non fecus ac factitio fale utuntur; utuntur autem et melli permifcentes; quidam panibus quoque ipfum afpergunt. Stomacho autem noxium eft et coctu difficile, exiguumque alimentum corpori exhibet. Quod vero ad ventris dejectionem pertinet, ipfum nec probaveris, nec vituperaris; exiguam tamen movendae urinae habet facultatem, quae magis apparet, quum frixum fumitur; tunc autem alvum quoque magis fiftit. Ruftici autem homines eo utuntur faepenumero frixo tufoque, mel admifcentes.

Cap. XXXIII. [De hormino.] Hoc quoque frixo utuntur, deinde eatenus laevigant, ut farina evadat, mel quoque ei admifcent. Parum in fe ipfo habet alimenti, ut quod mediae inter eryfimum et cuminum fit naturae.

Cap. XXXIV. [De cannabis femine.] Non, quemadmodum planta ipfa cannabis vitici quodammodo eft fimilis, ita

σπέρμα τῷ σπέρματι παραπλήσιόν πώς ἐστιν τὴν δύναμιν, ἀλλ' ἀποκεχώρηκε πάμπολυ, δύσπεπτόν τε καὶ κακοστόμαχον ὂν, καὶ κεφαλαλγὲς, καὶ κακόχυμον. ὅμως δ' οὖν καὶ τοῦτό τινες ἐσθίουσιν φρύττοντες ἅμα τοῖς ἄλλοις τραγήμασιν. ὀνομάζω δηλονότι τραγήματα τὰ περὶ τὸ δεῖπνον ἐσθιόμενα τῆς ἐπὶ τῷ πίνειν ἡδονῆς ἕνεκα. θερμαίνει δ' ἱκανῶς, καὶ διὰ τοῦτο καὶ κεφαλῆς ἅπτεται βραχεῖ πλεῖον ληφθὲν, ἀτμὸν ἀναπέμπον ἐπ' αὐτὴν θερμόν τε ἅμα καὶ φαρμακώδη.

Κεφ. λε'. [Περὶ ἄγνου σπέρματος.] Καὶ καθ' αὑτὸ τοῦτο φρυγόμενον ἐσθίεται, πεπιστευμένον ἐπέχειν τὰς ἐπ' ἀφροδισίοις ὁρμὰς γινομένας, τροφὴν δ' ὀλίγην δίδωσι τῷ σώματι. ταύτην ξηραίνουσαν μὲν καὶ ψύχουσαν, ἄφυσον δ' ἱκανῶς. κατὰ πάντ' οὖν ταῦτα τοῖς ἁγνεύειν ἀφροδισίων βουλομένοις ἐπιτήδειόν ἐστι· διὸ καὶ τοὔνομα τῷ φυτῷ τεθεῖσθαι τοῦτό φασιν. κεφαλῆς δ' οὐχ ἅπτεται, καθάπερ ἡ κάνναβις.

Κεφ. λς'. [Περὶ ἀφάκης καὶ βικίου.] Τὸ σχῆμα τῶν σπερμάτων τούτων οὐ στρογγύλον ἐστὶν, ὥσπερ τὸ τῶν κυά-

femen femini facultate eft fimile, fed plurimum ab eo diffidet, ut quod concoctu fit difficile, ftomachoque ac capiti noceat, pravique fit fucci. Sunt tamen, qui eo quoque frixo cum aliis tragematibus vefcantur: tragemata autem voco ea, quae poft coenam voluptatis inter bibendum excitandae gratia manduntur. Multum autem calefacit, ideoque fumptum paulo largius caput ferit, vaporem furfum ad ipfum mittens calidum fimul ac medicamentofum.

Cap. XXXV. [De viticis femine.] Id femen etiam ipfum per fe frixum manditur, creditur que appetitus venereos inhibere, alimentum autem corpori praebet exiguum, idque ficcans ac refrigerans, flatus autem valde diffipat: quorum omnium occafione iis, qui caftos fe fervare volunt, eft accommodum, unde et nomen dicunt ipfi plantae fuiffe impofitum. Caeterum caput non ferit, quomodo cannabis.

Cap. XXXVI. [De aphace et vicia.] Horum feminum figura non eft rotunda, veluti fabarum, fed aliquanto latior,

μων, ἀλλ' ὑπόπλατυ μᾶλλον ὁμοίως τοῖς φακοῖς. ἀποτίθενται δὲ οἱ γεωργοὶ καὶ ταῦτα σὺν αὐτοῖς τοῖς λοβοῖς ἅμα τοῖς φυτοῖς ὅλοις ἕνεκα τῆς τῶν ἀλόγων θρεμμάτων τροφῆς. ἐν λιμῷ γε μὴν οἶδα καὶ τούτων ἐνίους φαγόντας, καὶ μάλιστα τοῦ ἦρος, ἔτι χλωρῶν ὄντων, ὥσπερ ἐρέβινθόν τε καὶ κύαμον ἐσθίουσι συνήθως. ἔστι δ' οὐκ ἀηδῆ μόνον, ἀλλὰ καὶ δύσπεπτα καὶ σταλτικὰ γαστρός. εὔδηλον οὖν, ὅτι τὰ τοιάδε τὴν φύσιν ὄντα τὴν ἀναδιδομένην τροφὴν ἐξ ἑαυτῶν οὔτ' εὔχυμον ἔχει καὶ παχεῖαν, εἰς αἵματος μελαγχολικοῦ γένεσιν ἐπιτήδειον, ὥσπερ καὶ πρόσθεν εἴρηται περὶ τῆς φακῆς. ἀλλ' ἐκείνῃ μὲν πολλὰ ἀγαθὰ πάρεστι, τούτοις δὲ οὐδὲν τῶν ἐκείνης ἀγαθῶν ὑπάρχει. τό γε μὴν ὄνομα τοῦ βικίου παρ' ἡμῖν μὲν σύνηθές ἐστι, καὶ μόνως γε οὕτως ὀνομάζεται· παρὰ δὲ τοῖς Ἀττικοῖς ἄρακος ἢ κύαμος ἐκαλεῖτο.

Κεφ. λζ'. [533] [Περὶ τῶν ἐν ἑκάστῳ γένει σπερμάτων ἐμφερομένων, ἑτερογενῶν τε καὶ μικτῶν.] Ἐν μὲν τοῖς πυροῖς αἶραι πολλάκις εὑρίσκονται πολλαί· κατὰ δὲ τὰς κριθὰς γίγνονται μὲν, ἀλλ' ὀλίγαι, πολὺς δὲ ὁ καλούμενος

quomodo lentium. Haec quoque cum ipfis filiquis atque integra planta ruftici reponunt, ut brutis pecudibus fint pabulo; per famem tamen quosdam novi qui haec quoque comederint, potiffimum vere, quum etiamnum virent, quemadmodum fabas et cicera efitare confueverunt. Sunt autem non infuavia modo, fed concoctu etiam difficilia, alvumque inhibent. Perfpicuum ergo eft, quod, quum natura fint ejusmodi, alimentum, quod ex ipfis diftribuitur, habent haudquaquam boni fucci et craffum, ad fuccum melancholicum gignendum idoneum, ceu prius de lente diximus; verum illi quidem multa bona infunt, his autem nihil bonorum illius adeft. Caeterum viciae nomen apud nos quidem eft tritum, eoque folo nominatur; Attici vero ἄρακον aut fabam appellabant.

Cap. XXXVII. [De feminibus alienigenis, quae in quoque genere permixta reperiuntur.] In tritico quidem frequens lolium faepe invenitur; in hordeis vero nafcitur quidem, fed paucum; quam autem aegilopem appellant, ea in

αἰγίλωψ ἐν αὐταῖς, ὅταν δυστυχήσωσι κατὰ τὴν πρώτην αὔξησιν ἢ γένεσιν. ὁ δ᾽ ἐμὸς πατὴρ, ἐν παρακμῇ τῆς ἡλικίας φιλογεωργὸς γενόμενος, ἔσπειρέ ποτε καὶ πυροὺς καὶ κριθὰς, ἀκριβῶς ἐκλέξας αὐτῶν ἅπαν ὅσον ἑτερογενὲς ἐμέμικτο σπέρμα, χάριν τοῦ γνῶναι σαφῶς, εἰ κατὰ μεταβολὴν αὐτῶν ἡ γένεσις ταῖς αἴραις τε καὶ τοῖς αἰγίλωψι, ἢ φύσιν ἰδίαν ἔχει καὶ ταῦτα τὰ σπέρματα. γεννηθέντων δ᾽ ἅμα τοῖς καθαροῖς σπέρμασιν αἰρῶν μὲν πολλῶν κατὰ τύχην ἐν τοῖς πυροῖς, ὀλίγων δ᾽ ἐν ταῖς κριθαῖς, ἀλλ᾽ αἰγίλωπος δαψιλοῦς, ἐπεχείρει καὶ τῇ τῶν ἄλλων σπερμάτων βασάνῳ τὸν αὐτὸν τρόπον. εὗρεν οὖν καὶ τοῖς φακοῖς ἐκ μεταβολῆς αὐτῶν γενομένους ἀράκους τε τοὺς σκληρούς τε καὶ στρογγύλους καὶ πελεκίνους, ἄβρωτα σπέρματα, τὴν δὲ ἀπαρίνην οὐ μόνον ἄβρωτον, ἀλλὰ κἂν τῷ φύεσθαι περιπλεκομένην τοῖς φυτοῖς τῶν φακῶν, ἄγχουσάν τε καὶ πνίγουσαν αὐτὰ καὶ κατασπῶσαν, ὥσπερ ἡ ὀροβάγχη τοὺς ὀρόβους. ταῦτα μὲν οὖν μοχθηρὰ πάνυ σπέρματα, τὸ μελάμπυρον δὲ καλού-

hordeis frequens invenitur, quum prima generatio vel incrementum ipfis non recte fuccefferit. Porro pater meus, aetate jam declinante, agriculturae ftudiofus factus, triticum ac hordeum aliquando feminavit, omnibus diverfi generis feminibus, quae ipfis erant admixta, diligenter felectis, quo certo cognofceret, num ex ipforum mutatione lolium et aegilops nafcerentur, an propriam haec quoque femina naturam haberent. Quum autem forte una cum puris feminibus in tritico quidem frequens lolium, in hordeo autem parum, fed magnam aegilopis vim enatam confpiceret, in aliis quoque feminibus itidem experiri eft aggreffus. Reperit igitur in lente quoque ex mutatione ipfius durum rotundumque aracum et fecurinum, femina non efculenta, enata, praeterea aparinen, quae non modo non efculenta eft, fed plantae lentis, dum affurgit, undique implexa ipfam ftrangulat ac fuffocat, et detrahit non aliter, quam ervangina ervum. Atque haec quidem prava admodum funt femina. Nigrum autem triticum nuncupa-

μενον ἐκ μεταβολῆς μὲν καὶ αὐτὸ γεννᾶται τῶν πυρῶν, ἀλλ' ἀπολείπεται πάμπολυ τῆς ἐν ταῖς αἴραις κακίας. εὗρε δὲ καὶ κατὰ ἄλλα σπέρματα τοιαύτας τινὰς μεταβολὰς γιγνομένας, ὅθεν ἐκέλευσεν τοὺς χρωμένους αὐτοῖς ἐκλέγειν ἅπαν τὸ μοχθηρὸν, ὅταν εἰς χρῆσιν ὑγιεινὴν ἄγηται τὰ σπέρματα, καὶ μὴ καταφρονεῖν, ὥσπερ οἱ τοῖς δήμοις ὑπηρετούμενοι σιτοποιοί. μοχθηρᾶς μέντοι ποτὲ γενομένης ἀγωγῆς ἔτους, αἶραι πάμπολλαι κατὰ τοὺς πυροὺς ἐγεννήθησαν, ἃς οὐκ ἀκριβῶς οὔτε τῶν γεωργῶν ἐκκαθαράντων τοῖς εἰς ταῦτα ἐπιτηδείοις κοσκίνοις, (ὀλίγος γὰρ ὁ σύμπας ἐγεωργεῖτο πυρὸς,) οὔτε τῶν σιτοποιῶν διὰ τὴν αὐτὴν αἰτίαν, ἐν μὲν τῷ παραχρῆμα κεφαλαλγεῖς ἐγένοντο πολλοὶ, τοῦ θέρους δ' ἐμβάλλοντος ἕλκη κατὰ τὸ δέρμα τῶν φαγόντων οὐκ ὀλίγοις ἤ τι σύμπτωμα ἕτερον ἐγεγόνει κακοχυμίας ἐνδεικτικόν. οὐκ οὖν ἀμελεῖν προσήκει τοῦ καθαρὰ ποιεῖν τὰ πρὸς ἐδωδὴν παρασκευαζόμενα σπέρματα, γινώσκοντας, εἰ καὶ τῆς καθ' ἑκάστην ἡμέραν βλάβης οὐκ αἰσθανόμεθα διὰ βραχύτητα, τό γ' οὖν ἀθροιζόμενον ἐξ αὐτῆς χρόνῳ πλείονι φανερὸν γενήσεταί ποτε.

tum ex tritici quoque mutatione generatur, fed pravitate quam plurimum a lolio relinquitur. Deprehendit autem alia quoque femina fimiliter immutari; proinde iis, qui feminibus iis falubriter uti vellent, praecepit omne quod pravum effet feligerent, neque id pro nihilo ducerent, ut piftores, qui populo publice inferviunt. Etenim quum anni conftitutio prava aliquando fuiffet, lolium affatim tritico innafci contigit; quod quum neque agricolae accommodatis ad eam rem cribris exacte purgaffent, neque piftores, quod paucus effet tritici proventus, ftatim quidem multis caput dolere coepit, ineunte vero aeftate in cute multorum, qui comederant, ulcera aut aliud quoddam fymptoma, quod fuccorum pravitatem indicaret, eft fubnatum. Non igitur oportet nos in purgandis feminibus, quae ad efum comparantur, effe negligentes, perfuafos, etiamfi noxam, quae quotidie fit, ob exiguitatem fenfu non percipimus, quod tamen longo tempore ex ipfa acervatur, tandem erupturum.

ΓΑΛΗΝΟΥ ΠΕΡΙ ΤΡΟΦΩΝ ΔΥΝΑΜΕΩΣ ΒΙΒΛΙΟΝ Β.

Ed. Chart. VI. [334.] Ed. Baf. IV. (319.)

Κεφ. α'. Ἐπειδὴ τρεφόμεθα μὲν ἀπό τε φυτῶν καὶ ζώων, ἤρξαντο δὲ ἀπὸ τῶν Δημητρίων ὀνομαζομένων σπερμάτων οἱ πρὸ ἐμοῦ πάντες ἐν τῷ περὶ τῶν ἐδεσμάτων, διότι χρησιμώτατον ἐν αὐτοῖς ἦν τὸ τῶν ἄρτων ἔδεσμα, διὰ τοῦτο κἀγὼ περί τε πυρῶν καὶ κριθῶν, καὶ τιφῶν, ὀλυρῶν τε καὶ πρὸς τούτοις τῶν ὀνομαζομένων ὀσπρίων καὶ χεδρόπων ἐν τῷ πρώτῳ λόγῳ διελθὼν ἐσκοπούμην. εἶτ' ἐπὶ τὰς ἄλλας ἐν τῷδε τῷ λόγῳ μεταβῆναι προσήκει τροφὰς,

GALENI DE ALIMENTORVM FACVLTATIBVS LIBER SECVNDVS.

Cap. I. Quum a plantis et animalibus fumamus alimenta, qui autem ante me fuerunt omnes in iis, quae de alimentis fcripferunt, a Cerealibus nuncupatis feminibus initium fumpferint, propterea quod panum efus inter ipfa eft utiliffimus, ob eam caufam ego quoque de tritico, hordeo, tipha, olyra, ad haec de iis, quae legumina ac chedropa appellant, primo libro tractavi. Decet autem hoc libro ad alia alimenta, quae a plantis, deinceps tranfire,

ὅσας ἀπὸ φυτῶν ἔχομεν, εἶτα πρὸς τὰς ἀπὸ τῶν ζώων, ὅσαι χρησιμώτεραι τοῖς ἀνθρώποις εἰσὶν, καὶ γὰρ καὶ τοῦτο λόγον ἔχειν ἐδόκει. καί τινες οὐ διὰ πάντων τῶν ὁμογενῶν διεξελθόντες, οὐδὲ τὰς ἀπὸ τῶν φυτῶν ἁπάσας ἐφεξῆς τοῖς Δημητρίοις σπέρμασι διδάξαντες, ὑπὲρ ἐκείνων ἀεὶ πρότερον ἐποιήσαντο τὸν λόγον, ὅσα χρησιμώτερα τοῖς ἀνθρώποις ἐστί. φαίνεται γοῦν τά τε χοίρεια κρέα, καὶ τὰ τῶν ἐρίφων τε καὶ αἰγῶν, καὶ μόσχων, καὶ βοῶν, καὶ προβάτων, οὐδὲν δ' ἧττον αὐτῶν ὅσα θηρεύουσιν ἐν τοῖς ὄρεσιν οἱ κυνηγέται, πολλὴν χρείαν τοῖς ἀνθρώ[335]ποις παρεχόμενα, καθάπερ γε καὶ τῶν πτηνῶν πολλὰ καὶ τῶν ἐνύδρων. εἶτ' ἐννοήσας ἕκαστον γένος ἑνὶ βιβλίῳ περιληφθῆναι ἀδύνατον ὂν, οὐ μέγα τὸ διάφορον ὑπέλαβον, τῶν ὑπολειπομένων ἐδεσμάτων ἐπὶ τοῖς προειρημένοις ἐν μὲν τῷ δευτέρῳ γράμματι τὰς ἀπὸ τῶν φυτῶν τροφὰς διελθεῖν, ἐν δὲ τῷ τρίτῳ τὰς ἀπὸ τῶν ζώων. ἐξέσται γὰρ τῷ βουλομένῳ, προχειριζόμενον τὸ βιβλίον, ἐν ᾧ γέγραπται τῶν τροφῶν ἡ δύναμις, αἷς μάλιστα χρῆσθαι βούλεται, ποτὲ μὲν ἐπὶ τὸ πρῶτον ἔρχε-

poſt autem ad ea, quae ab animalibus ſumuntur, quaecunque hominibus ſunt utiliora; nam id aequum mihi eſſe videtur. Fuerunt etiam nonnulli, qui, haudquaquam omnibus congeneribus prius explicatis, neque alimentis omnibus, quae a plantis ſumuntur, poſt Cerealia ſemina ſubditis, de illis prius ſemper tractarunt, quae majorem hominibus afferunt utilitatem. Suilla certe et hoedina, et caprina, et vitulina, et bubula, et ovilla, et his nihilominus, quae venatores in montibus venantur, magnum uſum praeſtare hominibus cernuntur, quemadmodum certe et volucria pleraque et aquatilia. Verum quum reputaſſem, genera omnia uno libro comprehendi non poſſe, nihil magnopere intereſſe ſum arbitratus, ex iis alimentis, quae praedictis ſuperſunt, in ſecundo quidem volumine ea, quae a plantis, in tertio autem ea, quae ab animalibus ſumuntur, perſequi. Licebit enim cuivis, qui opuſculum, in quo alimentorum facultates, quibus maxime uti velit, ſunt traditae, ad manus habebit, nunc primum, nunc

σθαι, ποτὲ δὲ ἐπὶ τὸ δεύτερον, ἢ τρίτον. ὅπως οὖν ὁ περὶ τῶν φυτῶν λόγος ἅπας ἐν τοῖς δύο πρώτοις ᾖ τετελεσμένος, ἐπὶ τὰ κατάλοιπα τῶν προειρημένων ἀφίξομαι, τὴν ἀρχὴν τῶν λόγων τήνδε θέμενος. τὰ μὲν ἐν τῷ α' λόγῳ σιτία σπέρματα φυτῶν ἦν ἅπαντα· νυνὶ δὲ ἀπὸ καρπῶν ἄρξομαι, διορίσας πρότερον αὐτῶν τὰ σπέρματα, καὶ μάλιστα ὅτι πολλοῖς ἔδοξε διαφέρειν οὐδὲν, ἢ καρπὸν εἰπεῖν, ἢ σπέρμα. τὰ μὲν οὖν ἤδη λελεγμένα σπέρματα βραχύ τι καρπῶν διαφέρει, τῶν δὲ νῦν εἰρησομένων οὐκ ὀλίγον ἀφέστηκε. καρπὸς μὲν γάρ ἐστι συκῆς τὰ σῦκα, ἡ δ' ἐν αὐτῷ κεγχραμὶς σπέρμα συκῆς, ὥσπερ καὶ τῆς ῥαγὸς ὅλης οὔσης ἀμπέλου καρποῦ, μόνον ἐστὶ τὸ γίγαρτον ἀμπέλου σπέρμα. κατὰ τὰ αὐτὰ δὲ ἀπίου καὶ μηλέας ὁ μὲν καρπὸς ἄπιόν τε καὶ μῆλόν ἐστι, τὸ δὲ σπέρμα τρεῖς ἢ τέτταρες ἐν μέσοις αὐτῶν κόκκοι. τί δεῖ λέγειν ἔτι κολοκυνθῶν τε καὶ σικύων, ὅσοι τε πέπονες αὐτῶν εἰσι, καὶ ὅσοι μὴ, καὶ ὅσοι μηλοπέπονες, τῶν τ' ἄλλων ἁπάντων, ὅσα τοιαῦτα; πάμπολυ

ſecundum tertiumve librum evolvere. Ut igitur ſermo omnis de plantis primis duobus libris abſolvatur, ad ea, quae dictis ante ſuperſunt, aggrediens hinc auſpicabor. Omnia edulia, quae primo libro fuerunt memorata, plantarum erant ſemina; nunc vero a fructibus exordiens, in primis a ſeminibus eos diſtinguam, eoque magis, quod plerique crediderunt, nihil intereſſe, ſive ſemen dicas, ſive fructum. Quae igitur ſemina modo retulimus, exiguum quiddam a fructibus diſcrepant, ab iis vero, quae nunc memorabimus, non mediocriter diſſident. Etenim fici fructus ſunt ipſae ficus, quae vero in ipſo eſt cenchramis, ſemen eſt fici, ſicut et uva totius vitis eſt fructus, ſolus autem acinus vitis eſt ſemen; pari modo et piri et mali fructus eſt pirum ac malum, ſemen autem tria aut quatuor grana, quae in ipſis mediis habentur. Quid jam de cucurbitis et cucumeribus, qui ipſorum pepones ſunt aut non ſunt, qui melopepones, aut quid reliqua ejusmodi omnia commemorem? quamplurimum enim totus

Ed. Chart. VI. [335.] Ed. Baf. IV. (319.)

γὰρ ὁ σύμπας καρπὸς τοῦ σπέρματος διαφέρει. κυάμου δὲ καὶ θέρμου, καὶ δολίχου, καὶ φακῆς, ὅσα τ᾽ ἄλλα τῶν σπερμάτων ἀμφίεσμα λοβὸν ἔχει, τὸ μὲν ἐξ ἀμφοῖν συγκείμενον καρπός ἐστιν, ἡ πλείστη δὲ μοῖρα τῆς οὐσίας ἐν τοῖς σπέρμασιν. ἐσθίεται δὲ τῶν μὲν ἄλλων σχεδὸν ἁπάντων, ὅσα διῆλθον ἐν τῷ α΄ λόγῳ, μόνον τὸ σπέρμα, δολίχων δὲ μόνον ὁ καρπὸς ὅλος, ἔστ᾽ ἂν ὦσιν οἱ καρποὶ χλωροὶ ἔτι· ξηρανθέντων γὰρ ἄχρηστοι τοῖς ἀνθρώποις οἱ περιέχοντες τὰ σπέρματα γίγνονται λοβοί. κυάμων δ᾽ οὐκ ἔστιν χλωρῶν ὁ λοβὸς ἐδώδιμος, ὥσπερ οὐδὲ τῶν ἐρεβίνθων, οὐδὲ τῶν ἄλλων, ὅσα καλεῖν εἴωθεν ἔλλοβα ὁ Θεόφραστος. εἰκότως οὖν ἔφην ὀνομάζεσθαι ὑπὸ πολλῶν λοβοὺς, οὓς ἔνιοι φασήλους καλοῦσιν, ἐπειδὴ μόνον αὐτῶν ὁ λοβὸς ἐδώδιμός ἐστιν. ἀλλὰ περὶ μὲν τῆς τούτων δυνάμεως εἴρηται πρόσθεν, ὥσπερ γε καὶ ὅτι τὸ τῶν δολίχων ὄνομα κατὰ τούτων ἡγοῦμαι φέρειν ἐνίους τῶν παλαιῶν. οἱ δὲ καρποὶ τῶν φυτῶν ἀπό τε τῶν δένδρων εἰσὶ καὶ τῶν κηπευομένων λαχάνων, ἐν οἷς καταλέγουσιν ἔνιοι τῶν ἰατρῶν τούς τε πέπονας καὶ τοὺς

fructus a femine difcrepat. Caeterum in fabis, lupinis, dolichis, lente et aliis id genus feminibus, quae filiquis obvolvuntur, quod quidem ex filiqua femineque eft compofitum, eft fructus; plurima tamen fubftantiae pars feminibus ineft. Porro aliorum propemodum omnium, quae primo libro memoravimus, femen folum manditur; folius autem dolichi, dum adhuc virefcit, fructus integer comeditur; ubi enim exaruerunt filiquae, quae femina ipfa continent, hominibus funt inutiles; fabarum autem viridium filiqua non eft efculenta, quemadmodum neque ciceris, neque aliorum, quae Theophraftus vocare folet filiquata. Jure igitur dixi, vulgo filiquas nominari, quos nonnulli phafeolos nuncupant, quod fola ipforum filiqua fit efculenta. Verum de horum quidem facultate prius diximus, veluti etiam quod veterum nonnullos exiftimo phafeolorum nomine dolichos comprehendiffe. Caeterum plantarum fructus ab arboribus fumuntur et oleribus hortenfibus, inter quae quidam medicorum pepones, me-

μηλοπέπονας, καὶ τὰς κολοκύνθας, ἀφ' ὧν καὶ πρῶτον ἄρξομαι τῆς ἐν τῷδε τῷ γράμματι διδασκαλίας.

Κεφ. β'. [Περὶ τῶν ὡραίων ὀνομαζομένων καρπῶν.] Ὥραν ἔτους ὀνομάζουσιν οἱ Ἕλληνες ἐκεῖνον τὸν καιρὸν, ἐν ᾧ μεσοῦντι τὴν τοῦ κυνὸς ἐπιτολὴν γίγνεσθαι συμβαίνει· χρόνος δ' ἐστὶν οὗτος ἡμερῶν τεσσαράκοντα. κατὰ τοῦτον οὖν τὸν χρόνον ἅπαντές εἰσιν οἱ ὡραῖοι καλούμενοι καρποὶ, τινὲς μὲν ἤδη παρακμάζοντες, ἔνιοι δὲ ἀρχόμενοι, τινὲς δὲ ἀκμάζοντες, ἢ μετὰ τὴν ἀκμὴν, ἢ πρὸ αὐτῆς. ὡραίους δὲ αὐτοὺς ὀνομάζουσιν, οὐχ ὅτι μόνον κατὰ τὸν εἰρημένον γίγνονται χρόνον, ἀλλ' ὡς, οἶμαι, διορίζειν βουλόμενοι τῶν εἰς ἀπόθεσιν ἐπιτηδείων, ἐπεί τοι καὶ πυροὶ καὶ κριθαὶ, καὶ πάνθ' ὅσα κατὰ τὸ πρῶτον γράμμα διῆλθον, ἐπέτειόν τε καὶ θερινὴν ἔχει τὴν γένεσιν. [336] ἀλλ' οὐ διαφθείρεται ταχέως, ὥσπερ αἱ κολοκύνθαι, καὶ τὰ συκάμινα, πέπονές τε καὶ μηλοπέπονες, καὶ περσικὰ, καὶ ἄλλα ὅσα τοιαῦτα. καὶ γὰρ εἰ σκέλλοντές αὐτά τινες ἀποτίθενται, φυλάττοντες εἰς τὸν χειμῶνα, μεταβάλλει καὶ οὕτως τὴν ἀρχαίαν φύσιν

lopepones et cucurbitas recenfent, a quibus hoc libro docere incipiam.

Cap. II. [De fructibus, qui fugaces appellantur.] Horam anni Graeci id tempus appellant, in cujus medio caniculam exoriri contingit; tempus autem id dierum eft quadraginta. Hoc quidem tempore omnes horarii, quos vocant, fructus conftant, nonnulli jam declinantes, alii incipientes, alii in fuo vigore, aut ultra vigorem, aut citra confiftentes. Vocant autem ipfos horarios, non quod id folum temporis fint, fed (ut mea fert opinio) quoi pfos ab iis, qui ad reponendum funt idonei, diftinguant; quandoquidem et triticum, et hordeum, et omnia, quae primo libro explicui, anniverfariam atque aeftivam habent generationem, fed non cito corrumpuntur, quo modo cucurbitae, mora, pepones, melopepones, perfica, et alia id genus; quae fi quis in hyemem fervare volens exiccata repofuerit, eo modo veterem natu-

ὅπαν πρὸς τὸ ἐναντίον. ἔνιοι γοῦν τῶν κολοκυνθῶν κενοῦντες τὸ σπέρμα, κἄπειτα τὴν οἷον σάρκα ξηραίνοντες, ἀποτίθενται μὲν εἰς τὸν χειμῶνα, χρῶνται δὲ αὐτῷ πάντες μᾶλλον, ἤ τινι τῶν ἐδωδίμων. οὐ μὴν ἐπί γε πυρῶν καὶ κριθῶν, ὅσα τ᾽ ἄλλα Δημήτρια σπέρματα, πρὸς τοὐναντίον ἡ φύσις ἐν ταῖς ἀποθέσεσιν ἐξίσταται· μένει γὰρ ἅπαντα τοιαῦτα ταῖς οὐσίαις, ὁποῖα κατὰ τὸ θέρος εὐθὺς ἐξ ἀρχῆς ἦν τελειωθέντα. πρόδηλόν τε, ὅτι τὰ μὲν ξηρὰν ἔχοντα τὴν πῆξιν τοῦ σώματος, ὥσπερ μόνιμον ἔχει τὴν ἕξιν, οὕτω καὶ στερεὰν, καὶ γεώδη, καὶ διὰ τοῦτο τρόφιμον· ὅσα δ᾽ ὑγρὰ ταῖς συστάσεσίν ἐστι, διαφθείρεταί τε καὶ τροφὴν ὀλίγην τε καὶ ῥᾳδίως ἐκκρινομένην ἐκ τοῦ σώματος ἔχει. διὰ δὲ τὴν αὐτὴν αἰτίαν καὶ κατὰ τὴν γαστέρα διαχωρεῖται τὰ τοιαῦτα μᾶλλον τῶν στερεῶν, καὶ μάλισθ᾽ ὅταν ἔχῃ λιτρῶδές τι καὶ ῥυπτικὸν, ὥσπερ ἐπιδείξομεν ἔνια ὡραίων ἀξιόλογον ἔχοντα τὴν τοιαύτην δύναμιν, ἃ καὶ κακοχυμότερα λέγομεν εἶναι τῶν οὐδεμίαν ἐχόντων αἰσθητὴν ποιότητα χυμοῦ, καθάπερ

ram in contrarium immutabit. Nonnulli certe e cucurbitis femen vacuantes, deinde ipfarum velut carnem ficcantes, in hyemem quidem reponunt, utuntur autem omnes ipfa magis, quam alio quovis fructuum efculentorum Non tamen tritici, neque aliorum ejusmodi Cerealium feminum, quum funt repofita, natura in contrarium cedit; manent enim fuis fubftantiis talia, qualia erant, quum jam inde ab initio aeftate fuerunt perfecta; illud autem perfpicuum eft, quod quae corpus habent compactum, quemadmodum habitum ipfius habent perdurantem, ita folidum ac terreum, et ob id multum nutrientem; quae vero confiftentia funt humida, corrumpuntur, exiguumque habent alimentum, et quod facile e corpore excernatur; quae caufa etiam eft, cur ejusmodi promptius quam folida per alvum dejiciantur, et potiffimum quum nitrofum quippiam ipfis ineft ac abfterforium, ficuti quaedam ex fugacibus hanc ipfam facultatem habere oftendimus memorabilem: quae deterioris etiam fucci effe perhibemus iis, quae nullam faporis qualitatem habent fenfibilem, quomodo

οὐδὲ τὸ κάλλιστον ὕδωρ ἔχει. πάντ' οὖν τὰ τοιαῦτα, καὶ πολὺ μᾶλλον ὅσα, πρὶν ἀκριβῶς πεπανθῆναι, προσφερόμεθα, φυσώδη μέν ἐστιν, ὑποχωρεῖ δὲ θᾶττον, ὥσπερ καὶ ἀναδίδοται θᾶττον, ὅσα χυμὸν ἔχει λεπτόν. ἔστι δὲ (320) καὶ κακοχύμων ταῦτα πάντα, καὶ μόνος ἄν τις αὐτοῖς εἰς ὠφέλειαν χρήσαιτο τεταλαιπωρημένος ὁδοιπορίᾳ μακροτέρᾳ καὶ πνίγει σφοδρῷ· τηνικαῦτα γὰρ ὀνίνησιν, τέγγοντα μὲν τὸν αὐχμὸν τοῦ σώματος, ψύχοντα δὲ μετρίως, ἤν γέ τις αὐτὰ ψυχρὰ λαμβάνῃ. τὸ μὲν οὖν ὑγραίνειν διὰ παντὸς ἔχει, τὸ δ' ἐμψύχειν οὐχ ἕξει προσενεχθέντα θερμὰ τοῖς ὥσπερ εἴρηται διακειμένοις· οὐ γὰρ εἰς τοσοῦτον ψυχρὰ ταῖς οἰκείαις κράσεσίν ἐστιν, ὥστε, κἂν θερμὰ προσενεχθῇ, ψύχειν τὴν γαστέρα. δεῖται τοίνυν ἐπικτήτου ψύξεως, ἐναντιουμένης τῇ θερμότητι τῶν κατὰ γαστέρα τε καὶ τὸ ἧπαρ μορίων, οἷς πρώτοις ὁμιλεῖ. τούτων οὖν προεγνωσμένων κοινῇ περὶ πάντων τῶν τοιούτων ἐδεσμάτων, ἐπὶ τὰς ἰδίας ἑκάστου δυνάμεις ἤδη μεταβήσομεν.

aqua optima nullam habet. Haec igitur omnia, et iis multo magis quae ante exactam maturitatem mandimus, flatulenta quidem funt, verum fubducuntur celerius, quemadmodum etiam quae fuccum habent tenuem citius diftribuuntur. Sunt autem omnia haec pravi fucci; folusque is utiliter ipfis utetur, qui aeftu vehementiore et longiore itinere fefe confecerit, tunc enim juvant corporis fqualiorem humectantia et, fi frigida fumantur, moderate refrigerantia. Ac humectandi quidem femper habent facultatem, refrigerandi vero haudquaquam habebunt, fi calida fic, ut dixi, affectis fuerint efitata; non enim proprio temperamento adeo funt frigida, ut, etiamfi calida fumpta fuerint, ventriculum refrigerent; quare adfcititia egent refrigeratione, quae partium, quae tum ad ventriculum, tum ad hepar pertinent (quibus primis occurrunt), calori adverfetur. His itaque de omnibus ejusmodi eduliis prius in univerfum conftitutis, nunc ad proprias cujusque facultates tranfibimus.

Κεφ. γ'. [Περὶ κολοκύνθης.] Ὠμὴ μὲν ἀηδής ἐστι, καὶ κακοστόμαχος, καὶ ἄπεπτος ἐσχάτως· ὥστε καὶ εἰ βιάσαιτό τις αὐτὴν, ἀπορῶν ἑτέρου σιτίου, προσενέγκασθαι κολοκύνθην, ὥσπερ ἤδη τις ἐτόλμησεν, βάρους ἐγκειμένου ψυχροῦ κατὰ τὴν κοιλίαν αἰσθήσεται, τόν τε στόμαχον ἀνατραπήσεται, καὶ πρὸς ἔμετον ὁρμήσει, τὸν μόνον αὐτὸν ἐλευθερῶσαι δυνάμενον τῶν κατεχόντων συμπτωμάτων. καὶ ταύτην γ' οὖν καὶ ἄλλα πολλὰ τῶν ὡραίων ἅπαντες ἄνθρωποι μετὰ τὴν ἕψησιν ἤτοι γ' εὐθέως, ἢ τηγανίσαντες, ἢ ὀπτήσαντες, εἰώθασι προσφέρεσθαι. καί σοι οὗτος ἐν τῇ μνήμῃ φυλαττέσθω ὁ λόγος, κοινὸς ἐπὶ πᾶσιν τοῖς δεομένοις ἀλλοιώσεως τυχεῖν τῆς διὰ πυρός. ἡ δὲ κολοκύνθη, περὶ ἧς ὁ λόγος ἦν, ἑψηθεῖσα σαφῆ ποιότητα χυμῶν οὐδεμίαν ἔχει, πλὴν εἴ τις λέγει τινὰ καὶ τοῦτον εἶναι χυμὸν, ὃς οὔτε δριμὺς, οὔτε ἁλυκός ἐστι χυμὸς, οὔτε στρυφνὸς, οὔτε πικρὸς, [337] οὔτ' ἄλλο τοιοῦτον σαφῶς ἐμφαίνων οὐδὲν, ὥσπερ οὐδὲ τὸ ὕδωρ. ἀλλὰ τά γε τοιαῦτα καλεῖν εἰσιν εἰθισμένοι κοινῇ πάντες ἄποια, καὶ ἡμῖν οὕτως καλείσθω σαφοῦς ἕνεκα

Cap. III. [De cucurbita.] Cruda quidem insuavis est stomachumque laedit et concoctu est difficillima, adeo ut, si quis alterius cibi inopia cucurbitam mandere coactus fuerit, ut quidam jam est ausus, pondus frigidum ventriculo incumbere sentiat, stomachumque habeat eversum, atque ad vomitum provocetur, quo solo a prementibus symptomatibus poterit vindicari. Hanc igitur et alia fugacium pleraque, aut postquam elixa fuerint, aut statim certe, aut in sartagine frixa, aut assa, omnes homines edere consueverunt. Atque sermonem hunc perpetuo memoria teneto: est enim omnibus communis, quae per ignem alterare est necesse. Cucurbita autem (de qua dicere institueram) elixa nullam evidentem saporis habet qualitatem, nisi quis dicat, quendam etiam hunc esse saporem, qui neque acris est, neque salsus, neque acerbus, neque amarus, neque aliud quidquam ejusmodi manifeste repraesentat, veluti nec ipsa aqua. Verum hujusmodi omnia communi nomine vocare consueverunt qualitatis expertia, vocenturque nobis sic

διδασκαλίας. τοιαύτη γ᾽ οὖν οὖσα καὶ ἡ κολοκύνθη πολλοὺς εἰκότως ἐπιδέχεται τρόπους σκευασίας, ὡς ἂν ἐν τῷ μέσῳ καθεστῶσα πασῶν τῶν ὑπερβολῶν, καὶ διὰ τοῦτο ὁμοτίμως τε καὶ ἐξ ἴσου πρὸς αὐτὰς ἄγεσθαι δυναμένη. τῶν γὰρ ἐχόντων ἡντιναοῦν ὑπερβολὴν σύμφυτον οὐδὲν εἰς τὴν ἐναντίαν αὐτῇ ῥᾳδίως ἄγεται κατασκευασίαν. αὕτη μὲν οὖν ὅσον ἐφ᾽ ἑαυτῇ τροφὴν τῷ σώματι δίδωσιν ὑγρὰν καὶ ψυχρὰν, καὶ διὰ τοῦτο καὶ βραχεῖαν, ὡς ὀλίγον ἔμπροσθεν εἴρηται περὶ πάντων, ὅσα τοὺς χυμοὺς ὑδατώδεις τε καὶ λεπτοὺς ἔχει. ῥᾳδίως δὲ ὑπέρχεται κατὰ τὴν γαστέρα τῷ τ᾽ ὀλισθηρῷ τῆς οὐσίας καὶ τῷ κοινῷ λόγῳ πάντων τῶν ὑγρῶν σιτίων, ὅσα δηλονότι χωρὶς στύψεώς ἐστι τοιαῦτα. πέττεται δὲ οὐ κακῶς, ὅταν γε μὴ φθάσῃ διαφθαρῆναι. πάσχει δὲ τοῦτο διά τε μοχθηρὰν σκευασίαν, κἀπειδὰν ἐν τῇ γαστρὶ μοχθηρὸς ἠθροισμένος ᾖ χυμὸς, ἔσθ᾽ ὅτε δὲ καὶ διὰ τὸ βραδῦναι κατ᾽ αὐτὴν, ὅπερ κἀν τοῖς ἄλλοις ὡραίοις ἐδέσμασιν ἅπασιν, ὅσα ταῖς κράσεσιν ὑγρὰ, συμβαίνειν φιλεῖ· διαφθείρεται γὰρ ἐν τῇ γαστρὶ μὴ φθάσαντα ταχέως ὑπελ-

clarioris doctrinae gratia. Quum ergo talis fit cucurbita, non immerito multos apparandi modos admittit, ut quae in medio fit omnis excessus, ob idque ad quemvis excessum ex aequo duci queat; quandoquidem nihil eorum, quae congenitum quempiam habent excessum, in contrariam excessui parandi rationem facile ducitur. Proinde cucurbita, quantum in se est, humidum frigidumque, et ob id exiguum corpori praebet alimentum, ut paulo ante de iis omnibus, quae succum habent aqueum ac tenuem, praecepimus. Facile autem subfidet cum ob suae substantiae lubricitatem, tum ob communem omnium ciborum humidorum rationem, qui scilicet citra astrictionem sunt humidi. Ad haec coquitur non aegre, si modo prius corrupta non fuerit; id vero illi accidit, quum parata vitiose fuerit, aut succus pravus in ventriculo fuerit acervatus, interdum autem quod in ipso tardaverit, quod aliis quoque omnibus fugacibus, quae humido sunt temperamento, solet accidere, corrumpuntur enim in ventriculo, ni

θεῖν. ὥσπερ οὖν, ὅσον ἐφ᾽ ἑαυτῇ, τὸν εἰς τροφὴν ἀναδιδόμενον ὅλῳ τῷ σώματι χυμὸν ἄποιον ἔχει πρὸς αἴσθησιν ἡ κολοκύνθη, κατὰ τὸν αὐτὸν τρόπον, ἐπειδὰν μιχθῇ τινὶ τῶν ἰσχυρὰν ἐχόντων δύναμιν, ὁμοιοῦται ῥᾳδίως αὐτῷ, μετὰ νάπυος μὲν εἰ ληφθείη, δριμέα ἐργαζομένη τὸν ἐξ ἀμφοῖν ἀναδιδόμενον χυμὸν ἅμα σαφεῖ θερμότητι, κατὰ δὲ τὸν αὐτὸν λόγον, εἰ καὶ μετά τινος ἁλυκοῦ προσενεχθείη, καθάπερ ἐν λοπάδι μετὰ ταρίχου αὐτὴν ἔνιοι σκευάζουσιν, ἁλυκὸν ἐν τῷ σώματι γεννήσει χυμόν. ἥδιστον δ᾽ ἐστὶν ἔδεσμα τὸ οὕτω σκευασθὲν, εἰ τὸ τάριχον εἴη τῶν Ποντικῶν ἐκείνων, ἃ καλοῦσι μῆλα. ἅμα δὲ μήλοις κυδωνίοις ἑψηθεῖσα καὶ προσηκόντως ἀρτυθεῖσα τὸν αὐστηρὸν ἕξει χυμὸν ἐπικρατοῦντα κατὰ τὴν ἀνάδοσιν. ἡ δ᾽ ὀπτηθεῖσα καὶ τηγανισθεῖσα τῆς μὲν οἰκείας ὑγρότητος ἀποτίθεται πάμπολυ, τὸ δ᾽ ὑπόλοιπον αὐτῆς οὐδεμίαν ἰσχυρὰν ἐπικτᾶται δύναμιν, ὥσπερ οὐδ᾽ ὅταν ἐν ἁπλῷ ζωμῷ σκευασθῇ. χαίρει δ᾽ εἰκότως ὀριγάνῳ διὰ τὴν ὑδατώδη ποιότητα σύμφυτον ὑπάρχου-

celeriter occupent fubfidere. Quemadmodum igitur cucurbita, quantum in fe ipfa eft, fuccum, qui in totum corpus alendi gratia diftribuitur, habet qualitatis ad fenfum expertem, ita, quum alicui eorum, quae vehementem habent facultatem, mixta fuerit, facile illi affimilatur; ut, fi cum finapi fumpta fuerit, fuccus, qui ex utroque in corpus diftribuetur, acris cum manifefta caliditate erit: eadem ratione, fi cum falfo quopiam manfa fuerit, (ut quidam in patinis cum falfamento ftruunt,) fuccum in corpore falfum generabit; eft autem fic apparata cibus fuavisfimus, fi falfamentum ex Ponticis illis fuerit, quae mala appellant. Quod fi cum malis cydoniis elixa conditaque, ut decet, fuerit, fuccum aufterum in diftributione habebit praepollentem. Affa autem vel frixa in fartagine quam plurimum quidem de propria humiditate deponit, reliquum autem ipfius nullam infignem obtinet facultatem, uti nec cum in jure fimplici parata fuerit. Caeterum ob aqueam qualitatem fibi innatam merito gaudet origano;

σαν αὐτῇ· πάντα γὰρ ὅσα τοιαῦτα δριμέσιν ἢ ὀξέσιν, ἢ αὐστηροῖς, ἢ ἁλυκοῖς ἀναμίγνυσθαι δεῖται χυμοῖς, εἰ μέλλει μήτ᾽ ἀηδῶς ληφθήσεσθαι, μήτε ναυτιώδεις ἐργάζεσθαι τοὺς λαμβάνοντας.

Κεφ. δ΄. [Περὶ πεπόνων.] Ἡ μὲν ὅλη φύσις αὐτῶν ἐστι ψυχροτέρα σὺν ὑγρότητι δαψιλεῖ· ῥυπτικὸν δὲ ἔχουσί τι, διὸ καὶ κινοῦσιν οὖρα, καὶ διεξέρχεται κάτω τῶν τε κολοκυνθῶν καὶ μηλοπεπόνων μᾶλλον. ὅτι δὲ ῥύπτουσιν, ἔνεστί σοι μαθεῖν ἀνατρίψαντι ῥυπαρὸν χρῶτα. διὸ κἂν ἐφηλίν τις σχῇ, κἂν φακοὺς ἐν τῷ προσώπῳ, κἂν ἀλφοὺς ἐπιπολῆς, ἀποῤῥύπτουσι καὶ τούτους. τῆς δ᾽ οἷον σαρκὸς αὐτῶν τὸ σπέρμα ῥύπτει μᾶλλον, ὥστε καὶ πρὸς τοὺς λιθιῶντας ἁρμόττειν νεφρούς, μοχθηρὸν δ᾽ ἐργάζεται χυμὸν ἐν τῷ σώματι, καὶ μᾶλλον ὅταν μὴ καλῶς πεφθῇ. τηνικαῦτα δὲ καὶ χολερικοὺς ἀποτελεῖν εἴωθεν. καὶ γὰρ καὶ πρὶν διαφθαρῆναι, [538] πρὸς ἔμετόν ἐπιτήδειός ἐστι, καὶ πλέον γε βρωθείς, ἐὰν μή τις αὐτῷ τι τῶν εὐχύμων ἐπιφάγῃ

omnia enim ejusmodi fuccis acribus, vel acidis, vel aufteris, vel falfis admifceri poftulant, fi modo in cibo fuavia funt futura, et iis, qui ufi fuerint, naufeam non funt paritura.

Cap. IV. [De peponibus.] Univerfa peponum natura frigidior eft cum humiditate copiofa; habent autem facultatem quandam abftergendi, cujus beneficio urinam cient, et deorfum expeditius quam cucurbita melopeponesque permeant. Quod porro abftergeant, intelliges, fi fordidam cutem ipfis fricueris. Quamobrem fi quis ephelin aut lentes in facie habeat, aut alphos extimos et in fuperficie, hos quoque detergent, femen tamen potentius quam ipforum velut caro deterget, adeo ut vel adverfus renes calculo infeftatos conveniat. Succum autem in corpore gignit vitiofum, idque potiffimum, quum probe concoctus non fuerit, quo cafu cholerae morbo obnoxios efficere confuevit; nam et priusquam corruptus fuerit, ad vomitum quoque eft idoneus, largiusque fumptus (nifi quis poft

ἐδεσμάτων, κινήσει πάντως ἔμετον. πρόδηλον δ' ὅτι κἀπὶ τούτου τοῦ καρποῦ τὴν προσηγορίαν οἱ ἄνθρωποι πεποίηνται, καθάπερ ἐπὶ τοῦ γραφικοῦ μέλανος. ἡ γάρ τοι πέπων φωνὴ τὸ οἷον πέπανον ἐνδείκνυται, τουτέστι τὸ πεπεμμένον, ὅπερ ὑπάρχει καὶ τοῖς ἄλλοις, ὅσα πεπαίνεται. καὶ γὰρ ὁ βότρυς δύναται λέγεσθαι πέπων, ὅταν ἀκριβῶς γένηται πέπειρος, ὥσπερ γε καὶ ὁ μηδέπω τοιοῦτος οὐ πέπων ἂν ὀνομάζοιτο, ὠμός τε καὶ ἄωρος ὢν, αἵ τε ὀπῶραι πᾶσαι κατὰ τὸν αὐτὸν λόγον, οἵ τε ἄπιοι καὶ κολοκύνθαι καλοῦνται συνήθως πέπειροι, καθάπερ ὁ μηλοπέπων ἐν ἑαυτῷ περιλαβὼν τὸν πέπονα ἔχει. ὅθεν ἔνιοι τῶν ἰατρῶν οὐδὲ ἁπλῶς ἠξίωσαν ὀνομάζειν τοὺς πέπονας, ἀλλ' ὅλον τοῦτό φασιν χρῆναι λέγεσθαι σικυοπέπων. ἡμεῖς δ' ἐν τῷ παρόντι λόγῳ τῶν τοιούτων οὐ φροντίζομεν, ὡς ἂν οὐδὲν εἰς ἰατρικὴν συντελούντων. ἄμεινον γὰρ μακρῷ τὸ σαφῶς ἑρμηνεύειν ἐστὶ τοῦ μετὰ περιεργίας τοιαύτης ἀσαφῆ τὴν διδασκαλίαν

ipfum aliquid eorum, quae probi funt fucci, fupermandat) omnino vomitum excitabit. Illud porro perfpicuum eft, homines in hoc quoque fructu appellationem feciffe, quomodo in atramento, quo fcribitur, quod *μέλαν* appellant; nam vox haec *πέπων* velut *τὸ πέπανον*, hoc eft maturum, fignificat, quod aliis quoque, quae maturefcunt, convenit. Nam et racemus, quum exacte eft maturus, dici poteft *πέπων*, quemadmodum certe et quum nondum maturuit non poteft nominari *πέπων*, nimirum qui crudus eft et immaturus. Ad eundem modum et fructus omnes autumnales, et pira, et cucurbitae *πέπειρα*, i. e. matura, vocari confueverunt, quemadmodum et melopepon, qui in fe ipfo *πέπονα*, i. e. maturum, continet; unde medici quidam non fimpliciter nominare voluerunt peponas, fed totum id *σικυοπέπονα*, i. e. cucumerem maturum, aut peponem cucumeralem nominari oportere contenderunt. Nos vero in praefenti fermone de ejusmodi non laboramus, ut quae ad medicinam nihil conferant; multo enim fatius eft rem dilucide interpretari, quam hujusmodi anxia disquifitione doctrinam obfcurare. Tum por-

ἐργάζεσθαι· σαφηνείας δὲ μάλιστα τυχεῖν ἔστι τὰ συνηθέστατα τοῖς πολλοῖς ὀνόματα ἐκλέγοντα μετὰ τοῦ φυλάττειν αὐτοῖς τὰ σημαινόμενα.

Κεφ. ε΄. [Περὶ μηλοπεπόνων.] Οἱ μηλοπέπονες ἧττόν τε τῶν πεπόνων εἰσὶν ὑγροὶ, καὶ ἧττον κακόχυμοι, καὶ ἧττον οὐρητικοὶ, καὶ ἧττον ὑπέρχονται κάτω. τὸ δ᾽ εἰς ἔμετον ἐξορμᾷν ὁμοίως τοῖς πέποσιν οὐκ ἔχουσιν, ὥσπερ οὐδὲ τὸ διαφθείρεσθαι ταχέως ἐν τῇ (521) κοιλίᾳ παραπλησίως τοῖς πέποσιν, ὅταν ἐν αὐτῇ ᾖ τις χυμὸς ἠθροισμένος μοχθηρὸς, ἢ καί τις ἄλλη διαφθορᾶς αἰτία καταλάβῃ. πολὺ δὲ ἀπολειπόμενοι τῶν εὐστομάχων ὀπωρῶν οὐκ ἔχουσι τὸ τῶν πεπόνων κακοστόμαχον· οὐδὲ γὰρ οὐδ᾽ εἰς ἔμετον ὁρμῶσιν ὡσαύτως ἐκείνοις. τῶν δὲ πεπόνων οὐκ ἐσθίοντες οἱ ἄνθρωποι τὸ τῆς σαρκὸς ἔνδον, ἐν ᾧ τὸ σπέρμα, τὸ τῶν μηλοπεπόνων ἐσθίουσι, καὶ τοῦτ᾽ αὐτοῖς συντελεῖ πρὸς διαχώρησιν. οἱ δὲ τὴν οἷον σάρκα μόνον ἐσθίοντες αὐτῶν ἧττον τῶν πεπόνων διαχωροῦσιν αὐτήν.

ro clariffime explicabimus, quum vocabula vulgo maxime ufitata eligentes ipforum fignificationes fervaverimus.

Cap. V. [De melopeponibus.] Melopepones minus, quam pepones, funt humidi, nec adeo pravi funt fucci, minus item urinas movent, tardiusque deorfum defcendunt. Ad vomitum praeterea excitandum non tantum quantum pepones habent momenti, ficut nec celeriter adeo, ut illi, in ventriculo corrumpuntur, quum pravus humor in eo collectus fuerit, aut alia quaepiam corruptionis caufa ipfum prehenderit. Caeterum tametfi in juvando ftomacho autumnalibus fructibus longe funt inferiores, haudquaquam tamen ei, ut pepones, funt noxii, neque enim vomitum, ut illi, excitant. Huc accedit, quod in peponibus homines a carne intima, in qua femen habetur, abftinent, in melopeponibus autem mandunt, idque ipfis ad dejectionem confert. Qui vero eorum quafi carne tantum vefcuntur, non tam cito eam, ac peponum, excernunt.

Κεφ. ς'. [Περὶ σικύων.] Οὐρητικὸν μὲν ἔχουσίν τι καὶ αὐτοὶ, καθάπερ οἱ πέπονες, ἀλλ' ἧττον ἐκείνων, τῷ καὶ τὴν οὐσίαν αὐτῶν ἧττον ὑγρὰν εἶναι. διὰ τοῦτο οὐδὲ διαφθείρονται ῥᾳδίως ἐν τῇ γαστρὶ παραπλησίως τοῖς πέποσι. πέττουσι δ' αὐτοὺς ἔνιοι, καθάπερ καὶ ἄλλα πολλὰ τῶν πολλοῖς ἀπεπτουμένων, οἰκειότητι τῆς πρὸς αὐτῶν φύσεως, ἣν ἔν τε τοῖς περὶ κράσεων ὑπομνήμασι καὶ μάλιστ' ἔτι κατὰ τὴν περὶ τῶν φαρμάκων, δεικνύντες ὅλαις τῶν οὐσιῶν ταῖς ἰδιότησιν οἰκείας εἶναι τροφὰς ἑκάστῳ γένει τῶν ζώων, ὄνοις μὲν καὶ ἵπποις ἄχυρον, καὶ χόρτον, καὶ κριθὰς, ὅσα τ' ἄλλα τοιαῦτα, λέοντι δὲ σάρκας ζώων ὠμὰς, ἀνθρώπῳ δ' ἑφθάς τε ταύτας πάσας, καὶ ἄρτους ἐκ τῶν σιτηρῶν σπερμάτων κατειργασμένους, ὥσπερ εἴρηται. καὶ μὴν καὶ τὸν ἐλλέβορον οἱ ὄρτυγες, ὥσπερ καὶ οἱ ψᾶρες τὸ κώνειον, ἐσθίοντες [339] οὐδὲν βλάπτονται, καθάπερ οὐδὲ τοὺς ὀρόβους οἱ βόες. τὰς μὲν οὖν εὐπέπτους καὶ δυσπέπτους ἑκάστῳ τροφὰς ἤτοι κατὰ τὴν ἰδιότητα τῆς οὐσίας, ἢ

Cap. VI. [De cucumeribus.] Urinam quidem et ipfi quomodo pepones cient, fed minus quam illi, quod ipforum fubftantia minus fit humida, ideoque non facile, ut illi, in ventriculo corrumpantur. Invenias autem qui ipfos (ceu alia multa, quae homines plerique coquere nequeunt) concoquant, ob naturae fcilicet cum eis familiaritatem, quam nos tum in commentariis de temperamentis, tum autem in libris de medicamentorum facultatibus copiofiffime expofuimus, demonftrantes a totius fubftantiae proprietate fuum cuique animantium generi cibum effe familiarem: afinis quidem et equis paleam, foenum, hordeum, ac id genus alia; leoni autem crudas animalium carnes; homini tum has omnes coctas, tum panes ex frumentaceis feminibus, ut diximus, confectos. Atqui et helleboro coturnices, et cicuta fturni citra noxam vefcuntur, ceu utique ervo boves. Quae igitur cuique coctu facilia aut difficilia fint alimenta, aut ex fubftantiae proprietate, aut aliquo fymptomate per experien-

κατά τι σύμπτωμα τῇ πείρᾳ κριτέον. ὁποῖον δέ τι λέγω το κατά τι σύμπτωμα, διὰ τοῦ πρώτου βιβλίου δεδήλωται. τοῖς γὰρ ἤτοι χολώδη χυμὸν ἔχουσιν, ἢ ὅλως περίττωμα μοχθηρὸν ὁτιοῦν ἀθροίζουσι πολλάκις ἐν τῇ γαστρὶ διαφθείρεται ταχέως, ὅσα τὴν φύσιν εὔπεπτον ἔχει, καθάπερ ἐνίοις τῶν ἀνθρώπων, ὅσοι τὸ σύμφυτον θερμὸν οὔθ᾽ ὑγρὸν, οὔτ᾽ εὔκρατον, ἀλλ᾽ αὐχμῶδές τε καὶ πυρῶδες ἔχουσι. καὶ γὰρ καὶ τούτοις διαφθείρεται ῥαδίως ἀλλοιούμενα τὰ μάλιστα ἐπὶ τῶν ἄλλων εὔπεπτα, καὶ γίγνεται τούτοις ἡ ἐρυγὴ κνισσώδης τοὐπίπαν. ἀλλ᾽ ἐκείνου μέμνησο διὰ παντὸς, ὡς, κἂν πέττῃ τις ὁτιοῦν τῶν δυσπέπτων τοῖς πολλοῖς, ὅ γε ἐξ αὐτοῦ χυμὸς ἀναδιδόμενος εἰς τὸ σῶμα τὴν αὐτὴν ἔχει φύσιν. οὐ γὰρ οἷόν τε τὸν ἐκ τοῦ πέπονος χυμὸν παχὺν καὶ γεώδη γενέσθαι, κἂν κάλλιστα πεφθῇ, καθάπερ οὐδὲ τὸν ἐκ τῆς φακῆς ἢ τῶν βοείων κρεῶν ὑδατώδη τε καὶ ὑγρὸν, ὅν περ καὶ λεπτὸν τῇ συστάσει καλοῦσιν. ἐν τούτῳ δ᾽ ἐστὶν μάλιστα τὸ χρήσιμον εἰς ὑγείας τε φυλακὴν

tiam funt difcernenda. Quid autem fibi velit, quod dico, ex aliquo fymptomate, primo libro id expofui; quandoquidem, quibus biliofus humor, aut omnino pravum excrementum quodvis in ventriculo faepe congeritur, in iis, quae natura coctu funt facilia, celeriter corrumpuntur, veluti hominibus quibusdam, qui calorem nativum habent non humidum, neque bene temperatum, fed fquallidum atque igneum; hi enim, quae alii facillime concoquunt, facile alterata ea corrumpunt, ructusque eis accidunt omnino nidorulenti. Caeterum illud perpetuo memoria teneto, quod, etiamfi quis eorum quidvis, quae aliis concoctu funt difficilia, coxerit, fuccus tamen, qui ex eo in corpus diftribuitur, eandem retinet naturam. Nam fieri non poteft, ut fuccus, qui ex pepone diftribuitur, craffus ac terreus fiat, etiamfi is coctus pulcherrime fuerit, quemadmodum nec qui ex lente aut bubula diftribuitur, evadat unquam aquofus ac humidus, quem fane et confiftentia tenuem appellant. Id autem plurimum habet momenti non modo ad fanitatis cuftodiam, fed etiam

καὶ νόσων τήρησιν, ὡς ἑτέρωθί τε δέδεικται καὶ νῦν εἰρήσεται πάλιν ἐν κεφαλαίοις βραχέσι, προϊόντος τοῦ λόγου. τοῖς οὖν τοὺς σικύους καλῶς πέττουσι, ὅταν αὐτῷ τούτῳ θαρσήσαντες ἄδην αὐτῶν ἐμφορήσωνται, χρόνῳ πολλῷ ψυχρὸν καὶ μετρίως παχὺν ἀθροίζεσθαι συμβαίνει κατὰ τὰς φλέβας χυμὸν, οὐκ εὐπετῶς ἔτι δέξασθαι δυνάμενον τὴν εἰς αἷμα χρηστὸν ἀλλοίωσιν ἐν τῇ κατὰ τὰς φλέβας πέψει. πάντων δὴ διὰ τοῦτο ἀπέχεσθαι συμβουλεύω τῶν κακοχύμων ἐδεσμάτων, κἂν εὔπεπτά τισιν ᾖ. λανθάνει γὰρ ἐν χρόνῳ πλείονι μοχθηρὸς ἐν ταῖς φλεψὶ χυμὸς ἐξ αὐτῶν ἀθροιζόμενος, ὃς, ἐπειδὰν ἀφορμῆς ὀλίγης εἰς σῆψιν ἐπιλάβηται, πυρετοὺς κακοήθεις ἐργάζεται.

Κεφ. ζ'. [Περὶ τῶν ἀπὸ δένδρων καρπῶν.] Ἄπιοι δηλονότι, καὶ μῆλα, καὶ σῦκα, καὶ περσικά τε καὶ ῥοιαὶ, καὶ πάνθ' ὅσα τοιαῦτα, καρποὶ δένδρων ὄντα, χρήσιμα τοῖς ἀνθρώποις εἰς ἐδωδήν ἐστιν, ὄντων καὶ ἄλλων καρπῶν, οὓς οὐκ ἐσθίουσιν ἄνθρωποι, περὶ ὧν οὐ πρόκειται λέγειν ἐν

ad morbi declinationem, ut alibi demonftratum nobis eft, et nunc rurfus fummatim procedente fermone repetemus. Ergo qui cucumeres belle concoquunt, quum eo ipfo fifi affatim iis fe impleverint, iis tandem longo temporis tractu accidit, ut fuccus frigidus ac mediocriter craffus in venis coacervetur, qui in ea coctione, quae fit in venis, haud facile mutationem in probum fanguinem recipiat. Ob eam igitur caufam omnibus pravi fucci eduliis cenfeo abftinendum, etiamfi ea quibusdam concoctu fint facilia; nobis enim non advertentibus pravus fuccus ex ipfis poft longum tempus in venis colligitur, qui poftea exiguam ad putredinem occafionem nactus febres malignas accendit.

Cap. VII. [De fructibus, qui ex arboribus colliguntur.] Pira fane et poma, et ficus, Perfica, Punica, et id genus alia, fructus funt arborum, quibus homines utiliter vefcuntur, quum et alii praeter hos fint, quibus homines non vefcuntur, de quibus in praefentia

τῷ παρόντι. καθόλου δή σε περὶ τῶν ἐδωδίμων ἀνθρώποις καρπῶν ἐπίστασθαι χρὴ λόγῳ κοινῷ, τοὺς μὲν ὑγροὺς καὶ λεπτὴν καὶ ὑγρὰν ἐργάζεσθαι τὴν ἐξ αὐτῶν διδομένην τῷ σώματι τροφὴν, ᾧ πάντως ἕπεται, πόριμόν τε καὶ διεξερχομένην ἅπαν τὸ σῶμα ταχέως, ἐκκενουμένην τε καὶ δι᾽ οὔρων καὶ κατὰ τὸ δέρμα τὴν τοιαύτην εἶναι. κατὰ τοῦτ᾽ οὖν ὀλιγότροφα πάντα τὰ τοιαῦτα ἐδέσματα λέγεται προσηκόντως ὑπὸ τῶν ἰατρῶν. ἔμπαλιν δὲ τῶν στερεῶν ταῖς συστάσεσι καρπῶν ἥ τ᾽ εἰς τὸ σῶμα πρόσθεσις ἐν τροφῆς χρείᾳ πλείων ἐστὶν, αἵ τε διέξοδοι βραδύτεραι, καὶ μάλισθ᾽ ὅταν ἔχωσιν χυμὸν ἐν ἑαυτοῖς ἢ παχὺν, ἢ γλίσχρον, ἢ στυπτικόν.

Κεφ. η΄. [340] [Περὶ σύκων.] Τὸ μὲν κοινὸν οὐ μόνον ὀπώραις ἁπάσαις, ἀλλὰ καὶ τοῖς ὡραίοις ὀνομαζομένοις καρποῖς, ἔχει καὶ τὰ σῦκα, φυγεῖν οὐ δυνηθέντα τὴν κακοχυμίαν οὐδ᾽ αὐτὰ, καίτοι τῶν ἄλλων ἁπάντων ὡραίων ἧττον αὐτῆς μετέχοντα. πρόσεστι δ᾽ αὐτοῖς ἀγαθὰ τό τε κατὰ γαστέρα πορίμοις εἶναι καὶ τὸ διεξέρχεσθαι ῥᾳδίως ὅλον τὸ

dicere non eſt inſtitutum. In univerſum autem ac communi ratione de fructibus, quibus homines veſcuntur, ſcire oportet, humidos quidem tenue humidumque ex ſe diſtributum alimentum corpori praebere; quam rem omnino conſequitur, ut ejusmodi alimentum celeriter corpus totum permeet ac pervadat, excernaturque tum per cutim, tum per urinas. Proinde omnia ejusmodi cibaria medici rite affirmant pauci eſſe alimenti. Contra autem habet in ſolidis fructibus conſiſtentia; ex ipſis enim alimentum copioſius corpori apponitur, tardiusque permeat, maxime quum ſuccum in ſe ipſis habent craſſum, aut lentum, aut adſtringentem.

Cap. VIII. [De ficubus.] Quod omnibus quidem non modo autumnalibus fructibus, ſed et iis, quos fugaces appellant, eſt commune, id ficus quoque habent; non enim potuerunt ſucci pravitatem effugere, tametſi minus, quam caeteri fugaces omnes, ipſius ſunt participes. Verum haec ipſis inſunt bona, quod ventrem prompte permeant, et

σῶμα. καὶ γάρ τοι καὶ ῥυπτικὸν ἀξιόλογον ἔχει, καθ᾽ ὃ καὶ ψαμμώδη πολλὰ τοῖς νεφριτικοῖς ἐπὶ ταῖς ἐδωδαῖς αὐτῶν ἐκκρίνεται. τροφὴν δὲ ἁπασῶν τῶν ὀπωρῶν ὀλίγην τῷ σώματι διδουσῶν, ἧττον ἁπασῶν τοῦτο τὰ σῦκα πέπονθεν, οὐ μὴν ἐσφιγμένην γε καὶ ἰσχυρὰν ἐργάζεται τὴν σάρκα, καθάπερ ἄρτος τε καὶ κρέας χοίρειον, ἀλλ᾽ ὑπόσομφον, ὥσπερ κύαμος. ἐμπίπλησί γε μὴν φύσης καὶ ταῦτα τὴν γαστέρα, καὶ ἦν ἂν ἱκανῶς ταύτῃ λυπηρὰ, μὴ προσλαβόντα τὸ διαχωρεῖσθαι ταχέως, ἐπικτησάμενα δὲ τοῦτο τῷ τάχει τῆς διεξόδου τὴν φῦσαν ὀλιγοχρόνιον ἐργάζονται, καὶ κατὰ τοῦτο τῆς ἄλλης ὀπώρας ἧττον εἴωθεν βλάπτειν. οὐ σμικρὰ δὲ ὑπεροχὴ τῶν πεπείρων ἐστὶ πρὸς τὰ μὴ τοιαῦτα, καὶ κατὰ τοὺς ἄλλους μὲν ἅπαντας ἐμφαινομένη καρποὺς, οὐ μὴν τοσοῦτόν γε διαφέρουσι. τὸ γάρ τοι πέπειρον ἀκριβῶς σῦκον ἐγγὺς τοῦ μηδ᾽ ὅλως βλάπτειν ἥκει, παραπλήσιον ἤδη ταῖς ἰσχάσιν, πολλὰ μὲν ἐχούσαις τὰ χρήσιμα, μοχθηρὸν δ᾽ ἐστὶ τοῖς πλεονάζουσιν ἐν αὐτοῖς. οὐ πάνυ γὰρ αἷμα γεν-

quod facile totum corpus pervadunt; nam abstergendi quoque insignem habent facultatem, quo fit, ut post ipsarum esum nephritici multas arenulas excernant. Praeterea quum omnes autumnales fructus exiguum corpori praebeant alimentum, id omnium minimum ficubus usu venit; carnem tamen non compactam neque firmam generant, ceu panis et suilla, sed sublaxam ac subinanem, ut fabae. Flatibus hae quoque ventrem implent, essentque eo nomine admodum dolorificae, ni etiam celerem descensum essent adeptae, cujus beneficio celeriter pervadentibus, flatus, quem excitant, non diu manet; atque in eo minus caeteris fructibus autumnalibus laedere consueverunt. Caeterum maturae ficus immaturas non mediocriter antecellunt, quod et in aliis quidem omnibus fructibus cernitur, non tantum tamen in eis est discrimen; nam quae ficus prorsus sunt maturae, nihil propemodum omnino laedunt, quomodo nec caricae, quae multiplicem quidem habent utilitatem, si quis tamen largius esitaverit,

νῶσι χρηστὸν, ὅθεν αὐταῖς καὶ τὸ τῶν φθειρῶν πλῆθος ἕπεται. δύναμιν δ' ἔχει λεπτυντικήν τε καὶ τμητικὴν, δι' ἣν καὶ τὴν γαστέρα πρὸς ἔκκρισιν ἐξορμῶσιν, καὶ νεφροὺς ἐκκαθαίρουσιν. ἥπατι δὲ καὶ σπληνὶ φλεγμαίνουσι μέν εἰσι βλαβεραὶ, καθάπερ καὶ τὰ σῦκα, τῷ κοινῷ λόγῳ τῶν γλυκέων ἁπάντων ἐδεσμάτων καὶ πομάτων, οὐ κατ' ἰδίαν τινὰ δύναμιν ἐξαίρετον· ἐμπεφραγμένοις δὲ καὶ σκιῤῥουμένοις αὗται μὲν καθ' ἑαυτὰς οὐδὲν οὔτ' εἰς ὄφελος, οὔτ' εἰς βλάβην ἐργάζονται, μεμιγμέναι δὲ τοῖς τέμνουσι καὶ λεπτύνουσι καὶ ῥύπτουσι φαρμάκοις οὐ σμικρὸν ὄφελός ἐστιν. καὶ διὰ τοῦτο ταύτας διδόασι μετὰ θύμων, ἢ πεπέρεως, ἢ ζιγγιβέρεως, ἢ γλήχωνος, ἢ θύμβρας, ἢ καλαμίνθης, ἢ ὀριγάνου, ἢ (322) ὑσσώπου, πρὸ πολλοῦ γε τῆς τροφῆς, ἔνιοι τῶν ἰατρῶν ἐπὶ τῶν εἰρημένων ἐν ἥπατι καὶ σπληνὶ διαθέσεων. ὡσαύτως δὲ κἂν μετά τινος τῶν ἄλλων, ὅσα δριμεῖαν ἢ ὅλως λεπτυντικήν τε καὶ τμητικὴν ἔχει δύναμιν, ἡ προσφορὰ γίνηται τῶν ἰσχάδων, ὠφέλιμός ἐστιν οὐ μόνον

ab eis offendetur, quandoquidem fanguinem non admodum probum gignunt; quo fit, ut ex ipfarum ufu pediculorum multitudo proveniat. Habent etiam tenuandi facultatem et incidendi, qua ventrem quoque ad excretionem irritant renesque expurgant. Iecori autem lienique inflammatione obfeffis funt noxiae, quemadmodum et ficus, non peculiari quadam et eximia facultate, fed communi ratione dulcium omnium ciborum ac potuum; obftructis autem illis aut fcirrho affectis, ipfae ex fefe non magnopere commodant, aut officiunt, fed medicamentis incidentibus ac extenuantibus et abftergentibus mixtae non mediocriter juvant. Proinde nonnulli medicorum in dictis lienis et hepatis affectibus exhibent ipfas longe ante cibum cum thymo, aut pipere, aut zingibere, aut pulegio, aut fatureia, aut calaminthe, aut origano, aut hyffopo: Ad eundem autem modum, fi caricae cum alio quopiam eorum, quae facultatem habent acrem aut omnino incidendi ac extenuandi, affumantur, juvabunt non

τοῖς οὕτω πάσχουσιν, ἀλλὰ καὶ τοῖς ὑγιαίνουσιν· ἀνεῳγμένας γὰρ εἶναι τὰς καθ᾽ ἧπαρ διεξόδους τῆς τροφῆς οὐ τοῖς κάμνουσι μόνοις, ἀλλὰ καὶ τοῖς ὑγιαίνουσιν ἀσφαλέστατον. οὕτως οὖν καὶ τὰ σῦκα μετά τε τῶν λεπτυνόντων ἁλῶν σκευάζοντες καὶ ὄξους καὶ γάρου προσφέρονται πολλοὶ, τῇ πείρᾳ τὸ χρήσιμον εὑρηκότες. εἰκὸς δὲ καὶ τῶν ἰατρῶν τινος ὑποτιθεμένου, προσάγειν οὕτως ἐνίους αὐτῶν, καὶ εἰς πολλοὺς ἐκταθῆναι τὴν γνῶσιν. ὅσοι δὲ μετά τινος τῶν παχυνόντων ἐδεσμάτων ἐσθίουσι τὰ σῦκα καὶ τὰς ἰσχάδας, οὐ σμικρὰ βλάπτονται.

Κεφ. θ΄. [341] [Περὶ σταφυλῶν.] Σῦκα καὶ σταφυλαὶ τῆς ὀπώρας ὥσπερ κεφάλαιόν εἰσι, καὶ τρέφουσι μᾶλλον ἁπάντων τῶν ὡραίων ταῦτα, καὶ ἥκιστα κακόχυμα, καὶ μάλισθ᾽ ὅταν ἀκριβῶς ᾖ πέπειρα. τοῦ μὲν οὖν τρέφειν αὐτὰ μέγιστον σημεῖον οἱ φυλάττοντες τὸν καρπὸν τῶν ἀμπέλων, ἐσθίοντες μὲν ἐν δύο μησὶν οἷς φυλάττουσιν μόνα διαπαντὸς τὰ σῦκα μετὰ τῶν σταφυλῶν, ἤ που καὶ βραχύ τι

folum fic affectos, fed etiam fanos, fiquidem jecoris meatus, per quos fertur alimentum, apertos effe, non aegrotis modo, fed fanis etiam eft tutiffimum. Ad eum igitur modum vulgo ficubus cum fale attenuante, aceto et garo praeparatis vefcuntur, quod ipfas utiles effe experientia didicerint. Verifimile autem eft ipforum nonnullos, medici cujusdam confilio impulfos, ad hoc modo edendas ipfas acceffiffe, deinde eam notitiam ad vulgus emanaffe. Qui vero cum cibo aliquo craffi fucci caricas ficusve mandunt, non mediocriter offenduntur.

Cap. IX. [De uvis.] Ficus et uvae, quemadmodum inter fructus autumnales principatum obtinent, ita fugacibus omnibus magis nutriunt, minimumque pravi fucci habent, praefertim quum exactam maturitatem fuerint adeptae. Porro quod ipfae nutriant, maximo argumento funt ii, qui vinearum fructus cuftodiunt, qui quum duos menfes folis uvis ac ficubus, quarum cuftodiae praefunt, vefcantur, (nifi forte panis quidpiam illis addant,) cor-

παρεντιθέντες ἄρτου, πιαινόμενοι δὲ ἱκανῶς. οὐ μὴν ἰσχυρά γε καὶ πυκνὴ ἡ σάρξ ἐστιν ἡ ἐξ αὐτῶν γινομένη, καθάπερ ἡ ἐκ τῶν κρεῶν, ἀλλὰ καὶ χαύνη καὶ πλαδαρά, διὸ καὶ ταχέως προστέλλεται, παυσαμένης τῆς ἐδωδῆς. ἧττον δὲ τῶν σύκων αἱ σταφυλαὶ τρέφουσιν, καὶ μέγιστον ἀγαθὸν αὐταῖς ὑπάρχει τὸ ταχέως ὑπέρχεσθαι. διὸ κἂν ἐπισχεθῶσί ποτε, βλάπτουσιν ἱκανῶς, οὐκ ἐχόντων τοῦτο τῶν πεπείρων σύκων. εἰ γὰρ καὶ μὴ διαχωροῦσιν ἀξιολόγως, πεφθείη δ᾽ ἐν τῇ γαστρὶ καλῶς, ἀβλαβῆ δίδωσι τροφὴν τῷ σώματι. ταῖς σταφυλαῖς δὲ οὐδέτερον ὑπάρχει τούτων, οὔτε γὰρ πέττονται καλῶς, ὅταν ἐπισχεθῶσιν, καὶ κατὰ τὴν εἰς ἧπάρ τε καὶ φλέβας ἀνάδοσιν ὠμὸν γεννῶσι χυμὸν, οὐ ῥαδίως εἰς αἷμα μεταβαλλόμενον. ἡ γάρ τοι τῶν ῥαγῶν οὐσία σύνθετός ἐστιν ἔκ τε τῆς οἷον σαρκὸς αὐτῶν καὶ τῆς παρεσπαρμένης κατ᾽ αὐτὴν ὑγρότητος, ἐξ ἧς ὁ οἶνος γίγνεται, καὶ πρὸς τούτοις ἔτι γιγάρτων τε καὶ τοῦ ταῦτα πάντα περιέχοντος ἔξωθεν ὑμενώδους σκεπάσματος. ἀλλ᾽ ἡ μὲν τῶν γιγάρτων

pulenti tamen admodum fiunt: at caro, quae ipfis gignitur, haudquaquam eft firma ac denfa, quemadmodum ea, quae ex carnibus fit, fed laxa eft ac flaccida; ob id celeriter etiam, quum vefci ipfis defierint, conftringitur ac confidet. Verum uvae minus alunt, quam ficus, maximumque id ipfis ineft commodum, quod velociter fubfideant. Quocirca, fi quando haeferint, graviter laedunt, quum id maturis ficubus non infit; hae enim, etiamfi non perbelle excernantur, modo probe in ventriculo coctae fuerint, alimentum corpori dant innoxium. Quorum neutrum uvis adeft; neque enim retentae belle coquuntur, et dum in jecur ac venas diftribuuntur, fuccum crudum generant, qui non facile in probum fanguinem mutetur, nam acinorum fubftantia compofita eft ex ipfarum velut carne et humore, qui per carnem eft difperfus, ex quo fit vinum, praeterea ex feminibus, atque ex membranofa tegumento, quod omnia haec extrinfecus circumambit. Caeterum feminum quidem fubftantia ficca eft et quo-

οὐσία ξηρὰ καὶ στύφουσά πώς ἐστι, διεξέρχεταί τε τὰ ἔντερα πάντα κατὰ μηδὲν ἑαυτῆς αἰσθητῶς ἀλλοιουμένη, παραπλησίως ταῖς ἐν τοῖς σύκοις κεγχραμίσιν. ἀνάλογον γὰρ ἑκάτερον ἑκατέρῳ τῶν καρπῶν ἐστι, σπέρμα μὲν ὑπάρχον ὅλου τοῦ φυτοῦ, διεξιὸν δὲ ἀναλλοίωτόν τε καὶ ἄχύλωτον καὶ ἀμετάβλητον. ἀναλογία δ' ἐστὶ καὶ τοῖς περιέχουσιν ἑκάτερον τὸν καρπὸν σκεπάσμασι, τοιαύτην χρείαν παρεχομένοις αὐτοῖς, οἵαν τοῖς ζώοις τὸ δέρμα. βραχεῖα δὲ καὶ ἡ τοῦδε μεταβολὴ γίνεται κατὰ τὴν γαστέρα, καί τινες ὡς ἄχρηστον ἀποπτύουσιν μυζήσαντες αὐτὸ καὶ ἅπαν τὸ ἔνδον ἅμα τοῖς γιγάρτοις. ἔνιοι δὲ καὶ ταῦτ' ἐκπτύειν πειρῶνται, καὶ μάλισθ' ὅταν αἱ ῥᾶγες ὦσι μεγάλαι· δύσκολον γὰρ ἐν ταῖς μικραῖς αὐτὸ πράττειν. εὔδηλον δὲ ὅτι μᾶλλον ἡ γαστὴρ ὑπέρχεται, μόνης τῆς σαρκὸς τῶν ῥαγῶν ἅμα τῷ χυλῷ καταποθείσης ἄνευ τῶν γιγάρτων καὶ τοῦ περικειμένου χιτῶνος ἔξωθεν, ἔτι δὲ μᾶλλον, ὅταν αὐτὸς μόνος ὁ χυλὸς ἐκθλιβεὶς καταποθῇ, (καλοῦσι δ' αὐτὸν οἱ ἄνθρωποι γλεῦκος,) ἐμπιπλῶν τι φύσης

damnodo aſtringens, omniaque inteſtina pervadit, nihil quod ſenſu deprehendi queat a ſeſe mutata, non ſecus ac in ficubus grana; haec enim in utroque fructu proportione inter ſe reſpondent, quum utrumque totius plantae ſit ſemen, permeetque non alteratum, non in chylum verſum, nulla denique in re mutatum. Eſt et proportio quaedam in tegumentis utrumque fructum continentibus, quae ipſis eum uſum praeſtant, quem cutis animalibus. Exiguam autem tegumentum id recipit in ventriculo mutationem, quo ſit, ut quidam, quum ipſum et omne id quod intus habetur ſuxerint, una cum ſeminibus expuant; quae et ipſa nonnulli conantur expuere, potiſſimum quum acini grandes fuerint, nam in exilibus id factu eſt difficile. Liquet porro, quod alvus magis laxetur, ſi ſola acinorum caro cum ſucco fuerit deglutita ſine ſeminibus ac membrana extrinſecus ambiente; laxatur autem impenſius, quum ſolus ipſe ſuccus expreſſus (muſtum vulgo appellant) fuerit deglutitus; qui ventrem ni veloci-

τὴν κοιλίαν, εἰ μὴ διεξέλθοι ταχέως. γίνεται μὲν οὖν τις κἀκ τούτου τροφὴ τῷ σώματι, πλείων δὲ ἐκ τῆς σαρκώδους οὐσίας, καὶ διὰ τοῦτό τινες μὲν σταφυλῶν τρέφουσι μᾶλλον ἢ διαχωροῦνται, τινὲς δὲ διαχωροῦνται μᾶλλον, ἢ τρέφουσιν. ὧν μὲν ἂν οὖν ὁ χυλὸς ὀλίγος ᾖ, τρέφουσι μᾶλλον, ὧν δὲ πλείων, ἧττον μὲν τρέφουσιν, ὑπέρχονται δὲ μᾶλλον. ὀνομάζουσι δὲ εὐγενεῖς τὰς τοιαύτας σταφυλὰς, ἐν αἷς αἱ ῥᾶγες ὀλίγην μὲν ἔχουσι τὴν ὑγρὰν οὐσίαν, οὐκ ὀλίγην δὲ τὴν στερεωτέραν, ἣν ὥσπερ σάρκα τῆς ῥαγὸς ἔφην εἶναι. καὶ χρῶνταί γε κατὰ τὸν τῆς ὀπώρας καιρὸν ἀποτιθέμενοι πολυειδῶς. καὶ γὰρ εἰς γλεῦκος ἐμβάλλουσιν αὐτὰς, καὶ χύτρας καινὰς πληροῦντες ἐναποτίθενται τοῖς στεμφύλοις. [342] καλῶ δὲ στέμφυλα τὰ στερεὰ λείψανα τῆς σταφυλῆς, ἐπειδὰν ἐν τοῖς ληνοῖς ἐκθλιβῇ πᾶς ὁ χυλὸς αὐτῶν. ἃ καὶ αὐτὰ συντιθέασιν ἐν πίθοις οἱ ἄνθρωποι, σφίγγοντές τε καὶ πιλοῦντες ἰσχυρῶς, ὀνομάζοντές τε τρύγα αὐτὸ τοῦτο, ὅπερ ἐγὼ στέμφυλον ἐκάλεσα. τὴν δὲ τοῦ στεμφύλου προσηγορίαν ἐπιφέρουσιν αὖ τῷ τῶν κλημάτων ἐκπεφυκότι ῥιζώματι τῶν

ter pertranfeat, flatibus nonnihil implet. Ex hoc fane alimenti nonnihil corpori accedit, copiofius tamen ex carnea fubftantia, eoque accidit uvas quasdam nutrire magis, quam dejici, contra alias promptius dejici, quam nutrire. Ergo quibus exiguus eft fuccus, magis nutriunt, quibus vero eft uberior, minus quidem nutriunt, fed promptius fubfident. Vocant autem uvas ejusmodi generofas, in quibus acini humidam quidem fubftantiam habent exiguam, folidiorem autem non paucam, quam ceu carnem acini effe diximus. Atque iis utuntur eas variis modis autumno reponentes; etenim in muftum ipfas conjiciunt, impletasque iis novas ollas in vinaceis recondunt. Voco autem vinaceos folidas uvae reliquias, quum in torculari fuccus ipfius omnis prorfus expreffus fuerit; quas etiam homines in doliis componunt, ftipantes ipfas valide ac conftringentes: appellantque id ipfum faecem, quod ego vinaceos appellavi; nomine autem vinaceorum uvarum radicem, quae ex palmite enafcitur, appellant,

ῥαγῶν. τοῦτον ἡμεῖς βότρυχον καλοῦμεν, ὅθεν ἐξήρτηνται αἱ ῥαγάδες. εἰς ταύτην οὖν τὴν τρύγα τὰς καινὰς χύτρας πλήρεις τῶν σταφυλῶν ἐντιθέασι, πώμασι στεγνοῦντες ἀκριβῶς, ὡς μηδαμόθι παραπνεῖσθαι, καὶ καθ᾽ ὃ συμβάλλει γε τὸ πῶμα τῇ χύτρᾳ, πίτταν ἐπαναλείφουσιν, ἁπάσας τὰς διαπνοὰς ἐμφράττοντες. εἶναι δὲ χρὴ καὶ τὴν χύτραν αὐτὴν ἐξ εὐώδους τε πηλοῦ καὶ τελέως ὠπτημένου. τονωτικὴ μὲν οὖν ἐκλύτου γαστρὸς ἡ τοιαύτη σταφυλὴ, καὶ τοὺς ἀνορέκτους ἐπεγείρει πρὸς ἐδωδὴν σιτίων, οὐ μὴν ὑπέρχεταί γε κατὰ γαστέρα, καὶ, εἰ πλείων βρωθείη, κεφαλῆς ἅπτεται. ταύτης δ᾽ ἔτι μᾶλλόν ἐστι κεφαλαλγὴς, ἣν ἀποτίθενται κατὰ τοῦ γλεύκους. ἡ μέντοι κρεμασθεῖσα κεφαλὴν οὐδ᾽ ὅλως βλάπτει, γαστέρα δὲ οὔτ᾽ ἐπέχειν, οὔτ᾽ ἐπιτρέπειν εἰς διαχώρησιν πέφυκεν. ὡσαύτως δ᾽ ἔχει καὶ πρὸς τὴν ὄρεξιν, οὔτ᾽ ἐπεγείρουσα τὴν ἄῤῥωστον, οὔτ᾽ ἐκλύουσα τὴν εὔρωστον. εὐπεπτοτέρα δ᾽ ἐστὶ τῶν ἄλλων σταφυλῶν, ἣν ἐν γλεύκει καὶ στεμφύλοις ἔφην ἀποτίθεσθαι τοὺς ἀνθρώπους ὅλον τὸν ἑξῆς ἐνιαυτὸν ἄχρι τοῦ δευτέρου τρυγητοῦ. αἱ κρεμασθεῖσαι δ᾽ αὐτῶν, ὅταν ξηρανθῶσιν, ἀχρη-

quam nos pediculum nominamus, unde acini ipfi pendent; in hanc igitur faecem ollas novas uvis refertas condunt, operculis exacte obturantes, ne alicunde difflentur, et qua operculum cum olla committitur, pice illinunt, perfpiratus omnes obftruentes. Ipfam autem ollam effe oportet ex luto fuaveolente et perfecte affato. Hujuscemodi certe uva ventriculum diffolutum roborans, hominibus cibum faftidientibus appetentiam excitat, non tamen per alvum fubfidet; et fi fumpta largius fuerit, caput ferit. Quae in mufto conditur, magis adhuc, quam haec, caput infeftat, penfilis vero nihil prorfus caput laedit, ventrem autem nec fiftit, nec ad dejectionem irritat; eodem autem modo fe habet et ad appetentiam, ut quae nec imbecillam excitat, nec fortem diffolvit. Porro aliarum uvarum ea concoctu eft facillima, quam dixi homines in mufto et vinaceis in totum fequentem annum usque ad fecundam vindemiam reponere. Quae autem ex ipfis fufpenduntur, quum inaruerint, funt inutiles, aliae

στοι γίνονται, τινὲς μὲν κατὰ τὸ ἔαρ εὐθέως, ἐν γοῦν τῷ θέρει πάντως. οὐ σμικρὰ δὲ διαφορὰ τῶν σταφυλῶν ἐστι καὶ κατὰ τὸ γλυκείας, ἢ ὀξείας, ἢ αὐστηρὰς εἶναι, ἢ μηδεμίαν ἐχούσας σφοδρὰν ποιότητα· καλοῦσι δ' αὐτὰς οἰνώδεις. αἱ μὲν οὖν γλυκεῖαι θερμότερον ἔχουσι τὸν χυλὸν, διὸ καὶ διψώδεις εἰσὶν, αἱ δ' αὐστηραὶ καὶ ὀξεῖαι ψυχρότερον, αἱ δ' οἰνώδεις ἐν τῷ μέσῳ θερμοῦ καὶ ψυχροῦ. γαστέρα δ' ὑπάγουσιν αἱ γλυκεῖαι, καὶ μάλισθ' ὅταν ὦσιν ὑγραί· μοχθηραὶ δ' οὐκ εἰς τοῦτο μόνον, ἀλλὰ καὶ πρὸς τὴν ἐν γαστρὶ πέψιν ἀνάδοσίν τε καὶ θρέψιν αἵ τ' ὀξεῖαι καὶ αὐστηραὶ σταφυλαί. αἱ μὲν οὖν ὀξεῖαι, κἂν ἀκριβῶς ἐπὶ τῆς ἀμπέλου πεπανθεῖσαι κρεμασθῶσιν, οὐδ' οὕτως γίγνονται γλυκεῖαι, τῶν δ' αὐστηρῶν ἔνιαι μεταβάλλουσιν εἰς τὸ γλυκύτερον ἐπὶ πλέον κρεμασθεῖσαι. ταῖς στρυφναῖς δὲ, καθάπερ καὶ ταῖς ὀξείαις, οὐδ' ἂν ἐπὶ πλεῖον κρεμασθῶσιν, τὴν εἰς γλυκύτητα μεταβολὴν οἷόν τε ἔχειν· διο καὶ φυλάττε(323)σθαι τὴν ἐδωδὴν αὐτῶν ἀεὶ προσήκει. πασῶν μὲν οὖν ἀσφαλεστάτη χρῆσις

quidem ftatim ipfo vere, aliae vero omnino faltem aeftate. Non parva autem eft inter uvas differentia, quod aliae fint dulces, aliae acidae, aliae aufterae, aliae denique, quae nullam vehementem habeant qualitatem; vocant autem ipfas vinofas. Caeterum quae dulces funt, fuccum habent calidiorem, et ob id fitim excitant, aufterae vero et acidae frigidiorem, vinofae autem locum inter calidum ac frigidum medium obtinent. Dulces item alvum fubducunt, et maxime fi fint humidae; acidae aufteraeque non huic modo rei, verum etiam coctioni in ventriculo, diftributioni ac nutritioni funt noxiae. Acidae certe, etiamfi exactam in ipfa vite maturitatem adeptae fufpendantur, ne fic quidem dulcefcunt; aufterarum autem quaedam, fi fufpenfae diutius fuerint, dulciores redduntur; acerbae vero, ut acidae, etiamfi fufpenfae fuerint diutius, mutationem in dulcius nunquam poterunt affequi; quocirca ipfarum efus perpetuo eft cavendus. Omnium quidem certe ufus (fi quis moderate fumat) eft

ἐστιν, ὅταν σαρκώδεις ὦσιν αἱ σταφυλαὶ φύσει πέπειραί τε, τῶν δ' αὐτῶν τις ἐσθίῃ συμμέτρως, εἴτ' οὖν ἐπὶ τῶν ἀμπέλων ἐπὶ πλεῖστον πεπανθεισῶν, εἴτε καὶ τὸ λεῖπον ἐκ τοῦ κρέμασθαι προσλαβουσῶν. ἐφεξῆς δὲ τῶν κρεμασθεισῶν τὰς ἄνευ ποιότητος αὐστηρᾶς ἢ ὀξείας ἕνεκεν ὑπαγωγῆς γαστρὸς ἐγχωρεῖ δαψιλῶς ἐσθίειν. ἔνιοι δὲ καὶ γλεῦκος πίνουσι τῆς αὐτῆς χρείας ἕνεκα, καὶ μάλιστα τὸ γλυκύτατον· ὑπακτικώτατον γὰρ τοῦτο, τὸ δ' ἐξ αὐστηρῶν ἢ ὀξειῶν σταφυλῶν φαυλότατον εἰς πάντα. ἐγὼ μὲν οὖν τοῖς ὀνόμασιν οὕτως ἐχρησάμην, ὡς οἱ νῦν ἄνθρωποι χρῶνται, βέλτιον ἡγούμενος εἶναι διδάξαι σαφῶς τὰ πράγματα τοῦ παλαιῶς Ἀττικίζειν. οἷς δὲ τοῦτο τιμιώτερόν ἐστι τῆς σαφοῦς διδασκαλίας, βρύτια μὲν ὀνομάζουσι τὰ τῶν στερεῶν σταφυλῶν στερεὰ μόρια, τοῦ γλεύκους ἐκθλιβέντος, στέμφυλα δὲ τὰ τῶν ἐλαιῶν, ὅταν ἐκθλιβῇ τοὔλαιον· τό γε μὴν ὑφιστάμενον τοῖς οἴνοις παχὺ οἱ πολλοὶ τῶν Ἀττικιζόντων ὀνομάζουσι τρύγα. [343] ὥστ' οὐδ' ὁμωνυμία τίς ἐστιν παρ' αὐτοῖς, ὥσπερ παρὰ τοῖς ἄλλοις ἀνθρώποις, ὅσοι καὶ τὰ βρύτια τρύγα καλοῦσι. καὶ μὴν

tutiffimus, quum uvae natura fuerint carnofae ac maturae, five in vite fummam maturitatem obtinuerunt, five, quod maturitati deerat, ex confequenti fufpenfione fint adeptae; poft penfiles autem eas, quae nullam aufteram vel acidam qualitatem prae fe ferunt, affatim ventris dejiciendi gratia licet ingerere. Quidam autem in eundem ufum muftum quoque idque dulciffimum bibunt; id enim maxime fubducit quod vero ab uvis aufteris aut acidis eft expreffum, ad omnia eft peffimum. Equidem nominibus fic fum ufus, quemadmodum homines hujus faeculi utuntur, fatius effe ratus, res dilucide docere, quam vetere lingua Atticorum uti. Quibus vero antiquius id doctrinae perfpicuitate fuerit, uvarum partes folidas, quae mufto expreffo fuperfunt, *βρύτια* appellant, *στέμφυλα* autem olivarum, quum oleum fuerit expreffum; quod vero craffum in uvis fubfidet, vulgus Atticorum *τρύγα* nominat. Proinde nulla apud eos in vocibus eft homonymia, ut apud alios homines, qui *βρύτια* etiam *τρύγα* nuncu-

Ed. Chart. VI. [343.] Ed. Baf. IV. (323.)

καὶ τρίτον τι σημαινόμενόν ἐστι τοῦ τῆς τρυγὸς ὀνόματος ἐν ἔθει τοῖς νῦν Ἕλλησι. τὸ γάρ τοι τῶν βρυτίων ἀπόβρεγμα τρύγα καλοῦσιν, ὅπερ αὖ πάλιν οἱ Ἀττικίζοντες ὀνομάζουσι δευτερίαν. στεμφυλίτης οὗτος παρ᾽ ἡμῖν καλεῖται. ἐμβάλλοντες γὰρ εἰς πιθάκνας μικρὰς τὰ βρύτια, προσεπιχέουσιν ὕδωρ, ὡς διαβρόχους ἁπάσας γενέσθαι, κἀπειδὰν ἱκανῶς τοῦτο πεπρᾶχθαι δοκῇ, τὸ παρὰ τὸν πυθμένα τρῆμα τῆς πιθάκνης ἀνοιγνύουσιν, ὡς ἐκρυῆναι τὸ ἀπόβρεγμα, καὶ πίνουσιν ἀντὶ οἴνου τοῦτο. πρόδηλον δὲ, ὅτι κατὰ τὴν τῶν βρυτίων ποσότητα καὶ τὸ ὕδωρ ἐπιχέουσιν ἐξ ἐμπειρίας, ὡς μήθ᾽ ὑδαρῆ πάνυ, μήτε ἄκρατον γενέσθαι τὴν δευτερίαν. εἶτα πάλιν ἕτερον ὕδωρ ἐπιχέουσι τοῖς βρυτίοις, ἔλαττον τοῦ προτέρου, ὥστε καὶ τοῦτο γενέσθαι σύμμετρον εἰς πόσιν, ὅπερ ἀξιοῦσιν ἔνιοι τῶν Ἀττικιζόντων ὀνομάζεσθαι δευτερίαν ἰδίως, οὐχ ὡς τὸ πρότερον. ἔστι δὲ κεφαλαλγὲς μὲν ἑκάτερον, εἰ μή τις ὑδατωδέστερον αὐτὸ πίνοι, μᾶλλον δὲ τὸ πρότερον ἅπτεται τῆς κεφαλῆς. ἀγαθὸν δ᾽ ἐνυπάρχει τῷ τοιούτῳ πόματι τὸ ταχέως οὐρεῖσθαι, διαφορᾶς οὐκ ὀλίγης ἐν αὐτῷ γινομένης

pant. Quin et tertia quaedam hujus nominis τρυγὸς eft fignificatio Graecis hujus faeculi ufitata; nam vinaceorum dilutum τρύγα vocitant, quod rurfus ab Atticis δευτερίας, a noftratibus στεμφυλίτης (lora) appellatur. Conjectis namque in parva dolia vinaceis tantum aquae fuperaffundunt, quoad omnia permadeant; quod ubi fatis factum videtur, in dolii fundo foramen aperiunt, ut dilutum effluat, idque pro vino bibunt. Perfpicuum autem eft, quod pro vinaceorum copia aquam experientia docti affundunt, quo videlicet lora neque aquofior fit, neque meracior; deinde rurfum aliam aquam, parciorem tamen priori, vinaceis affundunt ita, ut id quoque in potu fit tolerabile; quod quidam Attici proprie, non ut prius, δευτερίαν nominari volunt. Utraque lora capiti dolorem affert, nifi quis dilutiores ipfas bibat, fed prior magis caput ferit. Commodum autem huic potui id ineft, quod ocius per urinas reddatur; qua in re magnum eft pro varia uvarum (ex quibus funt vinacei) fpecie discrimen.

Ed. Chart. VI. [343.] Ed. Baf. IV. (323.)

παρὰ τὸ τῶν σταφυλῶν εἶδος, ἐξ ὧν ἐστι τὰ βρύτια. γλυκειῶν μὲν γὰρ οὐσῶν αὐτῶν ἥδιόν τε πολλῷ γίνεται τὸ πόμα καὶ θᾶττον οὐρεῖται, στρυφνῶν δὲ καὶ ὀξειῶν ἀηδέστερόν τε μακρῷ καὶ ἧττον οὐρητικόν. ἰσχυρότερον δὲ τὸ ἀπόβρεγμα τοῦτο γίνεται καὶ μᾶλλον οἰνῶδες, ὅταν εἰς τὸ ἔαρ ἢ καὶ τὸ θέρος ἡ τρὺξ φυλαχθῇ· κατὰ δὲ τὸν χειμῶνα χρωμένων, ὥσπερ ἧττον ἅπτεται κεφαλῆς, ὡσαύτως καὶ ἧττον οὐρεῖται.

Κεφ. ί. [Περὶ σταφίδων.] Τὸν αὐτὸν λόγον ἔχουσιν αἱ σταφίδες πρὸς τὰς σταφυλὰς, οἷον αἱ ἰσχάδες πρὸς τὰ σῦκα. γίγνονται μὲν γὰρ γλυκεῖαι πολλαὶ, στρυφναὶ δὲ παντάπασιν ὀλίγαι, μικταὶ δὲ ἔκ τε αὐστηρᾶς καὶ γλυκείας ποιότητος αἱ πλεῖσται. μέτεστί γε μὴν καὶ ταῖς γλυκείαις ἀμυδρᾶς ποιότητος αὐστηρᾶς, καὶ ταῖς αὐστηραῖς τῆς γλυκείας. αἱ μὲν οὖν αὐστηραὶ ψυχρότεραι τὴν κρᾶσίν εἰσιν, ὥσπερ αἱ γλυκεῖαι θερμότεραι. καὶ τὸν μὲν στόμαχον ῥωννύουσι καὶ τὴν γαστέρα στεγνοῦσιν αἱ αὐστηραὶ, καὶ δηλονότι μᾶλλον αὐτῶν αἱ στρυφναὶ, μέσην δέ πως κατάστασιν ἐν αὐταῖς αἱ γλυκεῖαι ποιοῦσιν, μήτ᾽ ἐκλύουσαι σαφῶς τὸν στόμαχον, μήθ᾽

Quandoquidem, fi dulces fuerint, potus multo erit fuavior, citiusque per urinas reddetur; fin vero acerbae aut acidae fuerint, infuavior longe ac minus ciens urinas. Id autem dilutum valentius fit ac multo vinofius, quum vinaceus ad ver aut aeftatem fuerit afservatus. Hyeme vero fi quis utatur, ut caput minus ferit, fic et per urinas minus fecedit.

Cap. X. [De uvis paffis.] Uvae paffae cum aliis uvis eandem habent rationem, quam caricae cum ficubus; multae enim fiunt dulces, acerbae autem omnino paucae; plurimae vero ex dulci et auftera qualitate funt mixtae; quanquam dulces nonnihil quoque aufterae qualitatis habent, et aufterae dulcedinis. Caeterum ut dulces temperamento funt calidiore, ita aufterae frigidiore. Ad hoc aufterae ftomachum roborant et ventrem conftipant, et his multo magis acerbae; mediam autem quodammodo inter ipfas conftitutionem dulces obtinent, ut quae nec ftomachum diffolvant, nec alvum fubducant. Dulcibus ta-

ὑπάγουσαι τὴν γαστέρα. τό γε μὴν ἐπικεραστικὸν ὑπάρχει ταῖς γλυκείαις ἀεὶ, καθάπερ καὶ τὸ μετρίως ῥυπτικὸν, ὥστ᾽ ἐξ ἀμφοτέρων τῶν δυνάμεων τὰς μικρὰς κατὰ τὸ στόμα τῆς κοιλίας, ὅνπερ καὶ στόμαχον ὀνομάζομεν, ἀμβλύνουσιν δήξεις· ὡς αἵ γε μείζους τῶν δήξεων εὔδηλον ὅτι γενναιοτέρων χρήζουσι βοηθημάτων. ἀμείνους δ᾽ ἐν ταῖς σταφίσιν αἱ λιπαραί τε καὶ τὸν οἷον φλοιὸν ἔχουσαι λεπτόν. ἔνιοι δὲ καλῶς ποιοῦντες ἐκ τῶν γλυκειῶν τῶν μεγάλων, οἷαί πέρ εἰσιν αἱ Σκυβελίτιδες, πρὶν ἐσθίειν, ἐξαιροῦσι τὰ γίγαρτα. χρονισθεῖσαι γοῦν καὶ αὗται σκληρὸν ἔχουσι καὶ παχὺ τὸ δέρμα, καὶ χρὴ προδιαβρέχειν αὐτὰς ἐν ὕδατι· καὶ γάρ τοι καὶ τὸ γίγαρτον ἑτοιμότερον οὕτως ἐξαιρεῖται. ἔμπαλιν δὲ ταύταις ἕτεραί τινές εἰσιν στερεαὶ καὶ παχεῖαι, γίγαρτον ὅλως οὐδὲν ἔχουσαι. γεννῶνται δ᾽ αὗται μὲν ἐν Κιλικίᾳ, τὴν χροιὰν ὑπόξανθοι, κατὰ δὲ τὴν Παμφυλίαν αἵ τε Σκυβελίτιδες καὶ αἱ μέλαιναι τὸ χρῶμα. μέγισται μὲν οὖν, ὡς ἔφην, αὗται, μικρόταται δὲ αἱ κιῤῥαὶ ἐν [344] Κιλικίᾳ, γινομένων γε καὶ ἄλλων ἐν Κιλικίᾳ μελαινῶν σταφίδων μέσων τὸ μέγεθος,

men ut vis quaedam femper ineft contemperandi, ita et mediocriter detergendi; quibus duabus facultatibus exiguas mordicationes, quae os ventriculi infeftant (quod et ftomachum appellamus), obtundunt. Perfpicuum enim eft, quod mordicationes majores valentiora poftulant remedia. Inter paffas autem praeftantiores funt, quae tum pingues funt, tum corticem habent tenuem. Nonnulli autem et recte fane e dulcibus grandibusque (quales funt Scybelitides), priusquam mandant, femina eximunt; quae et ipfae inveteratae cutim duram craffamque habent, easque prius in aqua coguntur macerare, et femen ipfum facilius fic eximitur. Aliae quaedam funt his contrariae, folidae et craffae, quae nullum prorfus femen habent: crefcunt hae in Cilicia, colore fubflavo. In Pamphylia autem Scybeliticae et colore nigrae, quae, ut dixi, funt maximae; minimae autem in Cilicia fulvae proveniunt. Aliae praeter has in Cilicia nafcuntur, colore nigro, magnitu-

ὥσπερ κατ᾽ ἄλλα πολλὰ τῶν ἐθνῶν, καὶ μάλιστα ἐν τῇ Λιβύῃ. κατὰ δὲ τὴν Ἀσίαν ποικίλον εἶδος ἀσταφίδων μέσων τὸ μέγεθος γεννᾶται· καὶ γὰρ ὑπόξανθοι καὶ μέλαιναι καὶ γλυκεῖαι καὶ ὑπαύστηροι φαίνονται. κατὰ μέντοι τὰς ψυχρὰς χώρας οὐδὲ σταφυλαὶ τελέως πεπαίνονται, μήτι γε τῶν ἀσταφίδων τινὲς, ὅθεν ἐπεμβάλλουσι τοῖς οἴνοις ῥητίνην, ὅπως μὴ ταχέως ὀξυνθῶσιν. ἡ μὲν οὖν κατὰ χροιὰν διαφορὰ τῶν σταφίδων ὡς πρὸς τὴν δύναμιν αὐτῶν οὐδὲν συντελεῖ, καθάπερ οὐδὲ ἡ κατὰ μέγεθος· ἡ δὲ κατὰ τὴν γευστὴν ποιότητα τὸ σύμπαν δύναται, καὶ ταύτῃ μόνῃ προσέχων τὸν νοῦν, ἐπὶ τίνων δεῖ χρῆσθαι καὶ καθ᾽ ὅντινα καιρὸν, εὑρήσεις, ὡς προείρηται. τροφὴ δ᾽ ἐκ τῶν ἀσταφίδων ἀναδίδοται τῷ σώματι παραπλησία κατὰ τὴν ποιότητα ταῖς ἀσταφίσιν αὐταῖς· γλυκεῖα μὲν οὖν ἐκ τῶν γλυκειῶν, αὐστηρὰ δ᾽ ἐκ τῶν αὐστηρῶν, μικτὴ δ᾽ ἐκ τῶν ἀμφοτέρας ἐχουσῶν τὰς ποιότητας· τῇ δὲ ποσότητι πλείων μὲν ἐκ τῶν λιπαρῶν τε καὶ γλυκειῶν, ἐλάττων δ᾽ ἐκ τῶν αὐστηρῶν τε καὶ ἀλιπῶν. εἰ δὲ τὸν ἴσον ὄγκον ἀσταφίδος λιπαρᾶς γλυκείας ἐκγεγιγαρτισμένης πα-

dine mediae, quemadmodum et apud alias plerasque gentes, potiffimum in Libya. In Afia autem variae paffarum fpecies mediocri magnitudine proveniunt; etenim quaedam fubflavae, aliae nigrae, aliae dulces, et aliae fubaufterae cernuntur. Porro in frigidis regionibus ne uvae quidem ipfae maturari exquifite queunt, nedum paffarum quaepiam; quapropter refinam vinis immittunt, ne celeriter acefcant. Porro quemadmodum paffarum differentia, quae a colore fumitur, nihil ad paffarum facultatem confert, ita nec magnitudo; fola autem qualitatis, quae guftui ineft, differentia poteft omnia; cui foli intentus invenies, ut ante diximus, et in quibus, et quo tempore uti conveniat. Alimentum ex paffis tale qualitate in corpus diftribuitur, qualis ipfarum natura fuerit, dulce ex dulcibus, aufterum ex aufteris, mixtum ex iis, quae utriusque qualitatis funt participes; quantitate vero copiofius ex pinguibus ac dulcibus, parcius ex aufteris et macris. Quod fi paffarum pinguium ac dulcium, a quibus femi-

ῥαβάλλοις ὄγκῳ ῥαγῶν ἴσῳ, μᾶλλον τροφιμωτέρας εὑρήσεις τὰς σταφίδας. ἧττον μὲν οὖν ἰσχάδων αἱ τοιαῦται τὸ ὑπακτικὸν ἔχουσι καὶ τὸ ῥυπτικὸν, εὐστομαχώτεραι δ' εἰσὶν τῶν ἰσχάδων.

Κεφ. ιά. [Περὶ συκαμίνων, ἃ καὶ μόρα καλοῦσι.] Οὐ τοῖς Ἀττικίζειν ἐν τῇ φωνῇ προῃρημένοις γράφεται ταῦτα, (τάχα γὰρ οὐδὲ ἀναγνῶναί τις αὐτὰ βουλήσεται καταφρονῶν ὑγιείας σώματος, ὥσπερ καὶ ψυχῆς,) ἀλλ' ἰατροῖς μὲν μάλιστα, μὴ πάνυ τι φροντίζουσιν Ἀττικισμοῦ, ἤδη δὲ καὶ τοῖς ἄλλοις, ὅσοι ζῶσιν, ὡς λογικὰ ζῶα, πρὸ τῆς τιμῆς καὶ δόξης καὶ πλούτου καὶ δυνάμεως πολιτικῆς ἐπιμελεῖσθαι προῃρημένοι σώματος καὶ ψυχῆς. οὗτοι γὰρ οἶδ' ὅτι τὴν μὲν Ἀθηναίων φωνὴν οὐδὲν ἡγοῦνται τιμιωτέραν τῆς τῶν ἄλλων ἀνθρώπων, ὑγείαν δὲ σώματος ἀξιολογώτερόν τι εἶναι νομίζουσι πρᾶγμα τῷ κατὰ φύσιν βιοῦν ἐσπουδακότι. τούτοις οὖν εἰδὼς ὠφελιμώτερον ἔσεσθαι τὸν λόγον τὸν ἀσφαλέστερον, ἃ γιγνώσκουσιν ὀνόματα γράψω, κἂν μὴ τοῖς παλαιοῖς Ἕλλησιν ᾖ συνήθη. τὸ μὲν οὖν τῶν

na fuerint exempta, parem molem cum pari uvarum mole contuleris, paſſas valentius nutrire deprehendes. Hujusmodi ſane ut minus, quam caricae, ſubducant abſtergantque, magis tamen, quam illae, ſtomachum juvant.

Cap. XI. [De ſycaminis, quae et mora appellant.] Non haec Attici ſermonis affectatoribus ſcribimus, (fortaſſe enim ne legere quidem ipſa dignarentur, corporis ſimul et animi ſanitatem pro nihilo ducentes,) ſed medicis quidem, qui de Atticismo non magnopere laborant, tum autem et aliis, qui ut animalia ratione praedita viventes honorem, gloriam, divitias et auctoritatem inter cives corporis et animi valetudini poſtponunt. Certo enim ſcio, hos linguam Atticorum nihilo pluris quam caeterorum hominum aeſtimare, corporis vero ſanitatem praeſtantius quiddam ducere ac dignius ei homini, qui vivere ſecundum naturam ſtuduerit. Quum igitur intelligam, ſermonem ſimpliciorem iis eſſe utiliorem, nominibus utar, quae ipſi intelligant, etiamſi vetuſtis Graecis non

μόρων ὄνομα γνώριμόν πώς ἐστι τοῖς πολλοῖς, εἰ καὶ διὰ μηδὲν ἄλλο, ἀλλὰ γοῦν διὰ τὸ (324) στοματικὸν φάρμακον, ὃ διὰ μόρων ὀνομάζεται, χυλὸν ἔχον αὐτῶν· ἐνίας δὲ τῶν ἐφεξῆς εἰρημένων ὀπωρῶν ἀγνοοῦσιν οἱ πολλοὶ τῶν ἀνθρώπων ὅπως ὠνόμαζον οἱ πρὸ ἑξακοσίων ἐτῶν Ἀθηναῖοι. τοὺς μὲν γὰρ νῦν ὁρῶσιν οὐδέν τι διαφορώτερον τῶν ἄλλων Ἑλλήνων ἕκαστον τῶν καρπῶν ὀνομάζοντας, ἀλλὰ καὶ τὰ μόρα συκάμινα καλοῦντας οὐδὲν ἧττον, ἢ τὰ μόρα καὶ τὰ περσικὰ καὶ τὰ κάρυα καὶ τὰ πρεκόκκια καὶ τὰ ἄλλα ἁπλῶς, ὡς ἔθος ἐστὶ τοῖς ἄλλοις Ἕλλησιν. οὐδὲ γὰρ βλαβήσονταί τι τὰς παλαιοτάτας προσηγορίας ἀγνοοῦντες, ἂν γιγνώσκωσι τὰς δυνάμεις αὐτῶν. ἄμεινον γάρ ἐστιν ἐπίστασθαι, τῶν ἐπὶ τὴν διαχώρησιν ὁρμώντων ἐδεσμάτων ὕστερα μὲν χρῆναι τὰ βραδύπορα λαμβάνειν, ἁπάντων δὲ πρῶτα τὰ διεξερχόμενα μὲν ταχέως, διαφθειρόμενα δὲ, εἰ χρονίσειεν ἐν τῇ γαστρὶ, τοῦ τὰς προσηγορίας αὐτῶν ἐγνωκέναι. οὐ μὴν

ſint conſueta. Mororum igitur nomen vulgo eſt cognitum, ſi non alia de cauſa, ſaltem ob medicamentum ad oris affectus utile, quod *διὰ μόρων* appellatur, quod eorum ſuccum recipiat. Quosdam autem ex fructibus autumnalibus, quos deinceps recenſebimus, plerique homines ignorant, quo nomine ante annos ſexcentos ab Athenienſibus fuerint appellati; animadvertunt enim, hujus tempeſtatis Athenienſes fructus omnes non alio nomine appellare, quam quo reliqui Graeci appellant, ſed et mora ipſa ſycamina nihilominus quam mora nominare, item perſica, nuces, praecocia, ac in ſumma reliqua omnia pro aliorum Graecorum conſuetudine: neque enim detrimenti quicquam ipſis ex vetuſtarum appellationum ignoratione accidet, ſi facultates ipſorum exploratas habuerint. Satius enim fuerit ſcire, ex iis cibis, qui ad excretionem incitant, poſteriores quidem ſumendos, qui tarde permeant, omnium autem primos, qui celeriter quidem pervadunt, corrumpuntur tamen, ſi in ventriculo morentur diutius, quam ipſorum nomenclaturas noſſe. Non

οὐδ᾽ ἀγνοεῖν μοι δοκοῦσι παντάπασιν οἱ ἄνθρωποι τὴν τάξιν τῶν ἐσθιομένων [345] αὐτοῖς, θεώμεθα γὰρ αὐτοὺς ἐπὶ τῶν πλείστων ἐδεσμάτων φυλάττοντας αὐτήν. προλαμβάνουσι μέντοι γε ῥαφανίδας ἐλαίας τε καὶ τῆλιν ἐκ γάρου, καὶ μετὰ ταῦτα μαλάχας τε καὶ τεῦτλα καὶ ἄλλα τοιαῦτα λάχανα μετ᾽ ἐλαίου τε καὶ γάρου. τῶν μὲν γὰρ ὁσημέραι παρασκευαζομένων αὐτοῖς εἰς ἐδωδὴν ἡ μακρὰ πεῖρα διδάσκαλος γίγνεται τῆς δυνάμεως, εἰ καὶ μικρὸν ἔχοιεν φρενῶν· ὅσα δὲ διὰ χρόνου πολλοῦ εἰς πεῖραν ἔρχεται, μόνοις τοῖς ἐπιμελέσιν παραφυλάττεται καὶ μνημονεύεται. τὰ τοίνυν συκάμινα καθαρὰ μὲν ἐμπεσόντα τῇ γαστρὶ καὶ πρῶτα ληφθέντα διεξέρχεται τάχιστα, καὶ τοῖς ἄλλοις σιτίοις ὑφηγεῖται· δεύτερα δὲ ἐφ᾽ ἑτέροις ἢ καὶ χυμὸν εὑρόντα μοχθηρὸν ἐν αὐτῇ συνδιαφθείρεται τάχιστα καὶ τοῖς ἄλλοις σιτίοις, διαφθορὰν ἀλλόκοτόν τινα καὶ οὐ ῥητὴν ἔχοντα ταῖς κολοκύνθαις ὁμοίως. ἀβλαβέστερα γὰρ πάντα ταῦτα τῶν ὡραίων ἐδεσμάτων, ὅταν μὴ διαφθαρέντα ταχέως ὑποχωρήσῃ· ἢν δὲ μὴ, μοχθηρὰν ἴσχει

tamen omnino ignorare homines mihi videntur, qui ordo in iis, quae mandunt, fibi fit fervandus, quandoquidem ipfos videas in plurimis cibariis eum fervare. Prius enim fumunt radiculas, olivas et foenum Graecum ex garo; poft haec malvas, betam et alia id genus olera cum oleo et garo. Etenim fi vel tantillum mentis habeant, diuturna experientia docet eos facultates eorum, quae quotidie ad efcam fibi praeparant; quorum vero multo intervallo ufus atque experientia incidit, ea foli homines folertes obfervant ac memoriae mandant. Sycamina igitur celerrime pertranfeunt, cibisque aliis praeeunt, fi in ventriculum purum inciderint, et fumpta primis epulis fuerint: quod fi fumpta poft alios cibos fuerint, aut etiam pravum fuccum in ventriculo offenderint, celerrime una cum aliis cibis corrumpuntur novo quodam corruptionis genere, et quod verbis explicari nequeat, ut in cucurbitis accidit. Omnia enim haec, fi modo celeriter incorrupta fubfederint, cibis fugacibus minus funt noxia; fin minus, corrumpuntur non aliter, quam pepones, quamquam hi

διαφθορὰν ὁμοίως τοῖς πέποσι, καίτοι κἀκεῖνοι ταχέως ὑπελθόντες οὐδὲν μέγα βλάπτουσιν. καιρὸς δὲ τῆς χρήσεως, ὥσπερ τοῖς πέποσιν, οὕτω καὶ τοῖς μόροις, ὅταν αὐχμηρὸν καὶ θερμὸν γένηται τὸ τῆς γαστρὸς σῶμα· τοιοῦτον γάρ πως ἀναγκαῖόν ἐστι τηνικαῦτα καὶ τὸ ἧπαρ εἶναι. τῇ μὲν οὖν κολοκύνθῃ καὶ τῷ σικύῳ τῷ ἤδη πέπονι καὶ πρὶν πεπανθῆναι, σὺν αὐτοῖς δὲ καὶ μηλοπέπονι στυφούσης οὐ μέτεστι ποιότητος· ἐν δὲ τοῖς συκαμίνοις, καὶ μάλιστα ὅταν ᾖ μὴ πάνυ πέπειρα, σαφής ἐστιν ἡ τοιαύτη ποιότης, ἀωροτέροις δὲ οὖσιν καὶ ἡ ὀξεῖα. καί τινες αὐτὰ καθαιροῦντες ἀπὸ τοῦ δένδρου καὶ ξηραίνοντες ἀποτίθενται φάρμακον ἐσόμενον αὐτοῖς ἀγαθὸν εἰς δυσεντερίας τε καὶ διαῤῥοίας χρονίας ἴασιν. ἀλλ' οὐ πρόκειται νῦν ἡμῖν περὶ δυνάμεως φαρμάκων διεξέρχεσθαι. πάλιν οὖν ὅσα τοῖς συκαμίνοις ὡς τροφῇ δρᾶν ὑπάρχει λέγωμεν. ὅτι μὲν ὑπέρχεται ῥᾳδίως, εἴρηται, τάχα μὲν τῷ τῆς οὐσίας ὑγρῷ τε καὶ ὀλισθηρῷ μόνῳ, τάχα δὲ καί τινος ἐπιμιξίᾳ ποιότητος δριμυτέρας, ἐρεθίζειν εἰς ἔκκρισιν

quoque, fi celeriter fubducantur, nullam magnam noxam afferunt. Tempus autem utendi, ut peponibus, ita et moris eft, quum corpus ventriculi fquallore aeftuat, quo tempore neceffe quodammodo eft hepati quoque idem accidere. Cucurbitae quidem et cucumeri tum maturo tum ante maturitatem, ad haec et melopeponi nulla adftringens qualitas ineft, fycaminis vero, et potiffimum quum nondum admodum maturuerint, qualitas ejusmodi confpicue ineft, immaturioribus autem ineft fimul et acida. Proinde nonnulli ab arbore ipfa detrahentes ac ficcantes reponunt, medicamentum ad dyfenteriae ac diuturnae diarrhoeae curationem utile fibi futurum. At nunc nobis non eft propofitum medicamentorum facultates exponere. Rurfus igitur ea repetamus, quae fycamina ipfa, ut alimentum, poffunt agere. Quod quidem celeriter fubducantur, dictum nobis prius fuit; quod eis accidit forte propter folam fubftantiae humiditatem ac lubricitatem, forte etiam propter admixtam qualitatem quandam acriorem, quae dejectioni excitandae fatis effe poffit, quando-

Ed. Chart. VI. [345.] Ed. Baf. IV. (324.)

ἱκανῆς, ὡς ἥ γε στύφουσα ποιότης οὐ μόνον οὐδὲν ὀνίνησιν εἰς ὑποχώρησιν, ἀλλὰ καὶ στεγνοῦν πέφυκεν. ὅτι δὲ ἐναντίων δυνάμεων οὐκ ὀλίγα μετέσχηκεν σώματα, μεμάθηκας ἐν τοῖς περὶ τῆς τῶν ἁπλῶν φαρμάκων δυνάμεως ὑπομνήμασι. τεκμαίρομαι τοίνυν, τὰ μόρα δύναμιν ἔχειν ἐν ἑαυτοῖς τοιαύτην βραχεῖαν, ὁποία τοῖς καθαρτικοῖς μεγάλη ὑπάρχει, δι' ἣν οὐ μόνον ὑποχωρεῖ ῥᾳδίως, ἀλλὰ καὶ διαφθείρεται χρονίσαντα κατὰ τὴν γαστέρα. καὶ μὴ διαφθαρέντα, ὡς ἔφην, ὑγραίνει μὲν πάντως, ψύχει δὲ οὐ πάντως, εἰ μὴ ψυχρὰ ληφθείη. τροφὴν δ' ἐλαχίστην δίδωσι τῷ σώματι, παραπλησίως τοῖς πέποσιν, οὐ μὴν ἐμετικόν γέ τι πρόσεστιν αὐτοῖς οὐδὲ κακοστόμαχον, ὡς ἐκείνοις.

Κεφ. ιβ'. [Περὶ κερασίων.] Τῶν κερασίων ἔνια μὲν ἔοικε τοῖς μόροις, ἐλαχίστην ἔχοντα στύψιν, ἔνια δὲ τοῖς βατίνοις, σαφέστερον στύφοντα, τινὰ δὲ καὶ τούτων ἐστὶ στυπτικώτερα. ὥστε καὶ περὶ τῆς δυνάμεως ἑκάστου τῶν εἰρημέ-

quidem qnalitas adſtringens non modo ad ſubductionem nihil confert, verum etiam ſuapte natura ventrem conſtipat. Didiciſti autem ex commentariis de ſimplicium medicamentorum facultatibus, pleraque eſſe corpora, quae facultates habeant contrarias. Conjector igitur, mora exiguam in ſe ipſis habere facultatem ejusmodi, qualis magna medicamentis purgantibus ineſt, cujus cauſa non modo facile ſecedunt, ſed corrumpuntur etiam, ſi diu in ventre manſerint. Quod ſi corrupta (ut dixi) non fuerint, omnino quidem humectant, non tamen omnino refrigerant, niſi ſumpta fuerint frigida. Alimentum autem corpori praebent minimum, quomodo pepones, non tamen ut ii vomitum excitant, neque ſtomachum laedunt.

Cap. XII. [De ceraſiis.] Ex ceraſiis quaedam ſunt, quae moris ſunt ſimilia, cujusmodi ſunt ea, quae minimam habent adſtrictionem, alia ruborum fructui, ut ea, quae evidentius adſtringunt, quaedam autem ſunt, quae vel valentius iis adſtringant. Proinde memoratae cujus-

γων εἰδῶν ἐκ τῶν λεγομένων ἐπὶ συκαμίνοις τε καὶ βατίνοις ἔνεστί σοι τεκμήρασθαι.

Κεφ. ιγ'. [346] [Περὶ τῶν τοῦ βάτου καρπῶν.] Τὸν τῶν βάτων καρπὸν ὀνομάζουσιν οἱ παῤ ἡμῖν ἄνθρωποι βάτινον, καθάπερ μόρα τε καὶ συκάμινα· καλοῦσι γὰρ ἑκατέρως αὐτά. ἔστι δὲ στυπτικώτερα τὰ βάτινα τῶν μόρων, κἂν πολλά τις αὐτὰ προσενέγκηται, κεφαλαλγήσει· τινὲς δὲ καὶ στόμαχον ἀνιῶνται. διὸ χρὴ καλῶς ἐκπλύνειν, πρὶν ἐπιχειρεῖν προσφέρεσθαι τὸν καρπὸν τοῦτον, ὅπερ οὐχ ἥκιστα κἀπὶ τῶν συκαμίνων ἐστὶ ποιητέον. οὐ μὴν ὑπάγει γε τὰ κατὰ τὴν κοιλίαν, ἀλλὰ μᾶλλον ἐπέχει, κἂν ἀωρότερά τις αὐτὰ ξηράνας ἀπόθηται, πολὺ μᾶλλον ἐφεκτικὰ γίνονται. πάντα γε μὴν ὅσα διὰ τοῦ χυλοῦ τῶν μόρων σκευάζεται φάρμακα καὶ διὰ τούτων γενόμενα δραστικωτέραν ἔχει τὴν δύναμιν.

Κεφ. ιδ'. [Περὶ τῶν τοῦ κυνοσβάτου καρπῶν.] Ὁ τῶν κυνοσβάτων καρπὸς μακρῷ στυπτικώτερός ἐστι τοῦ τῶν βάτων, καὶ διὰ τοῦτο καὶ τῆς γαστρός ἐστιν ἐφεκτικώτερος.

que fpeciei facultatem ex iis, quae de fycaminis et rubi fructibus diximus, potes colligere.

Cap. XIII. [De rubi fructibus.] Ruborum fructum homines apud nos batinum appellant, quemadmodum mora et fycamina; utroque enim modo ipfa nominant. Sunt autem batina, quam mora, magis adftringentia, et fi quis largius iis vefcatur, capitis dolorem fentiet; alii vero et ftomacho anguntur. Proinde fructum hunc abluamus oportet, priusquam mandere ipfum aggrediamur; quod maxime in fycaminis quoque eft faciendum. Non tamen ventrem fubducunt, fed potius cohibent, et fi quis immatura ipfa prius ficcata repofuerit, multo etiam magis cohibebunt. Omnia tamen medicamenta, quae ex mororum fucco parantur, fi facta ex iis quoque fuerint, facultatem habebunt efficaciorem.

Cap. XIV. [De fructibus canirubi.] Fructus canirubi multo magis, quam ruborum, adftringit, ob eamque caufam ventrem magis cohibet. Vefcuntur autem ipfo

ἐσθίουσι δ᾽ οὖν αὐτὸν οἱ ἄγροικοι πολλάκις ὀλίγην τροφὴν διδόντα τῷ σώματι καὶ καλοῦσι κυνόσβατον.

Κεφ. ιέ. [Περὶ τῶν τῆς ἀρκεύθου καρπῶν.] Τὸν τῆς ἀρκεύθου καρπὸν ἀρκευθίδας ὀνομάζουσι, δριμέα ἱκανῶς ὄντα μετὰ βραχείας γλυκύτητος, ἔτι τε βραχυτέρας στύψεως· ἔχει δέ τι καὶ ἀρωματίζον. εὔδηλον οὖν, ὅτι θερμαίνει μὲν καὶ διὰ τὴν δριμύτητα, (πᾶν γὰρ ἐδείχθη τὸ δριμὺ θερμαῖνον,) οὐχ ἥκιστα δὲ καὶ διὰ τὴν ὀσμὴν καὶ γεῦσιν ἀρωματιζούσας, πᾶν γὰρ ἄρωμα θερμόν. ἐκκαθαίρει δὲ καὶ τὰ καθ᾽ ἧπαρ τε καὶ νεφροὺς, καὶ δηλονότι λεπτύνει τοὺς παχεῖς καὶ γλίσχρους χυμούς· καὶ διὰ τοῦτο τοῖς ὑγιεινοῖς φαρμάκοις μίγνυται. τροφὴ δὲ ἐξ αὐτοῦ βραχεῖα τῷ τῶν ἀνθρώπων σώματι προστίθεται. πολλὰς δὲ εἴ τις αὐτὰς προσενέγκαιτο, δάκνουσί τε τὸν στόμαχον καὶ τὴν κεφαλὴν θερμαίνουσι, καὶ κατὰ τοῦτο καὶ πληροῦσιν ἐνίοτε καὶ ὀδυνώδη ποιοῦσι. διαχώρησιν δὲ κατὰ τὴν κοιλίαν οὔτ᾽ ἐπέχουσιν, οὔτε προτρέπουσιν, οὖρα μέντοι κινοῦσι μετρίως.

frequenter ruftici, exiguum alimentum corpori fuggerente, vocantque canirubum.

Cap. XV. [De fructibus juniperi.] Fructus juniperi, qui ἀρκευθὶς dicitur, acris eft admodum cum exigua dulcedine, et minori praeterea adftrictione, habet autem et aromaticum quiddam. Perfpicuum igitur eft, quod calefacit quidem tum propter acrimoniam, (demonftratum enim eft, acria omnia calefacere,) tum autem maxime propter odorem ac guftum aromatibus affimiles, omnia enim aromata calida. Hepar autem et renes purgat, et fuccos craffos ac lentos videlicet tenuat, unde medicamentis falubribus admifcetur. Alimentum autem ex ipfo exiguum corpori hominum accedit. Quod fi quis ipfum largius fumpferit, ftomachum mordet, et caput calefacit, ob idque ipfum nonnunquam replet doloribusque infeftat. Ventris dejectionem nec proritat, nec cohibet, urinas tamen mediocriter ciet.

Ed. Chart. VI. [346. 3 [illegible] Ed. Bas. IV. (324. 325)

Κεφ. ιϛ΄. [Π[illegible]οῦ κέδρου καρπῶν.] Κεδρίδας ὀνομάζουσι τὸν το[illegible] καρπὸν, ὁμοίας μὲν οὔσας ταῖς ἀρκευθίσιν κατά τε [illegible]αὶ σχῆμα, (καὶ γὰρ ὑπόξανθοι καὶ στρογγύλαι,) ο[illegible]ι δὲ τῇ δριμύτητι. κινδυνεύει γὰρ ἤδη τοῦ γένους τῶ[illegible]ων ὁ (325) καρπὸς οὗτος ὑπάρχειν, οὐδεμίαν τροφ[illegible]ώματι διδοὺς, πλὴν εἴ τις αὐτὰς ἀποβρέξει ἐν ὕδατι. [illegible]ον γὰρ τοῦτο πάντων τῶν δριμέων, ὥστε βραχεῖαν τροφὴν διδόναι τῷ σώματι, τῆς δριμύτητος αὐτῶν ἐκλυθείσης. καὶ μέντοι καὶ σκληρότερός τε καὶ ξηρότερός ἐστιν ὁ τῶν κέδρων καρπὸς τοῦ τῶν ἀρκεύθων, ὥσπερ ἀμέλει καὶ μικρότερος, οὐδὲν τὸ ἀρωματίζον ὁμοίως ἔχων. εὔδηλον οὖν, ὅτι δακνώδης τέ ἐστιν ἱκανῶς τοῦ στομάχου, καὶ κεφαλαλγὴς, εἰ μὴ πάνυ τις ὀλίγον αὐτὸν προσενέγκαιτο.

Κεφ. ιζ΄. [347] *[Περὶ τοῦ τῶν κώνων καρποῦ.] Εὔχυμος καὶ παχύχυμος καὶ τρόφιμός ἐστιν ὁ τοῦ κώνου καρπὸς, οὐ μὴν εὔπεπτος. καλοῦσι δὲ οἱ νῦν Ἕλληνες οὐ κώνους, ἀλλὰ στροβίλους αὐτούς.*

Cap. XVI. [De fructibus cedri.] Fructus cedri, qui *κεδρὶς* dicitur, colore quidem et figura fructui juniperi est similis, (subflavus enim est ac rotundus,) diffidet autem ab eo acrimonia. Nec multum abest, quin fructus hic ex genere sit medicamentorum, quum nullum praebeat corpori alimentum, nisi quis aqua ipsum macerarit. Omnibus enim acribus id est commune, ut, soluta ipsorum acrimonia, exiguum alimentum corpori praebeant. Quin etiam cedrorum fructus, ut fructu juniperi durior est ac siccior, ita profecto exilior, nihil ut ille habens aromaticum. Perspicuum autem est, quod et stomachum valde mordicat, et capiti dolorem infert, nisi quis ipsum parcissime sumpserit.

Cap. XVII. [De nuce pinea.] Nux pinea boni ac crassi est succi, multumque nutrit, non tamen facile coquitur. Appellant autem nunc Graeci ipsam non *κῶνον*, sed *στρόβιλον*.

Κεφ. ιη΄. [Περὶ τοῦ τῶν μυῤῥινῶν καρποῦ.] Μύρτα καλοῦσι τὸν καρπὸν τοῦτον οἱ Ἕλληνες, ὁμοίως μὲν ἄτροφον ὄντα τῷ τῶν ἀρκεύθων, ἐναντίαν δὲ δύναμιν ἔχοντα. στύφει γὰρ ἱκανῶς, καὶ διὰ τοῦτο καὶ τὴν κοιλίαν ἐπέχει. οὐ μὴν ἀνάλογόν γε τῇ στύψει ψυχρός ἐστι τὴν δύναμιν, ὅτι μηδὲ μόνην ἔχει τὴν στύψιν, ἀλλά τι καὶ δριμύτητος αὐτῇ μέμικται. κοινὸν δ᾽ ἐπὶ πᾶσιν ἐδέσμασιν, ὅσα φαρμακώδη ἔχει τινὰ ποιότητα σφοδρὰν, ὅταν ἀπόθηται ταύτην ἑψήσεσιν, ἢ ὀπτήσεσιν, ἢ τέγξεσιν, ὀλίγην τροφὴν διδόναι τῷ σώματι, πρότερον οὐδ᾽ ὅλως διδόντα· ταὐτὸ γὰρ τοῦτο καὶ κρομμύοις καὶ πράσοις συμβέβηκεν.

Κεφ. ιθ΄. [Περὶ περσικῶν.] Εἴτε μῆλα καλεῖν ἐθέλεις περσικὰ τὸν καρπὸν τοῦτον, εἴθ᾽ ἁπλῶς περσικὰ τοῖς νῦν Ἕλλησιν ὡσαύτως, εἴτ᾽ ἄλλο τι βούλει παλαιὸν ὄνομα ζητεῖν ἐπ᾽ αὐτοῖς, ἔξεστί σοι τοῦτο πράττειν μετὰ πολλῆς σχολῆς. ἤδη δὲ ἴσθι τὸ τῶν ὀνομάτων χρησιμώτερον, ὡς καὶ τούτων ὁ χυλός τε καὶ οἷον σὰρξ εὔφθαρτός τέ ἐστι καὶ

Cap. XVIII. [De fructu myrti.] Graeci fructum hunc *μύρτα* nominant, nutritque tenuiter aeque, ac fructus juniperi, facultatem tamen habet contrariam, quandoquidem valenter adſtringit, et ob id ipſum alvum ſiſtit, non tamen pro ratione adſtrictionis frigidus facultate eſt, propterea quod adſtrictionem habet non ſolam, ſed acrimonia etiam quadam permixtam. Porro cibis omnibus, qui qualitatem medicamentoſam habent vehementem, eſt commune, ut, quum eam qualitatem elixatione, aut aſſatione, aut maceratione depoſuerint, exiguum corpori dent alimentum, prius autem prorſus non nutriant: id enim ipſum et caepis et porris accidit.

Cap. XIX. [De perſicis.] Fructum hunc ſive mala perſica, ſive (ut Graecis nunc mos eſt) ſimpliciter perſica appellare velis, ſive aliud quoddam vetus nomen praeter haec veſtigare, potes id per magnum otium facere. Nunc autem diſcas, quod nominibus ipſis erit utilius, quod ſcilicet ipſorum ſuccus et veluti caro facile corrumpitur,

πάντη μοχθηρά. ὥστε οὐ χρὴ, καθάπερ ἔνιοι, τελευταῖα τῆς ἄλλης τροφῆς αὐτὰ προσφέρεσθαι· διαφθείρεται γὰρ ἐπιπολάζοντα. μεμνῆσθαι δὲ χρὴ τοῦδε, κοινοῦ πάντων ὄντος· ὅσα κακόχυμα μὲν, ὑγρὰ δὲ καὶ ὀλισθηρὰ, καὶ ῥᾳδίως ὑπιέναι δυνάμενα, διὰ τοῦτο ἐσθίειν αὐτὰ πρότερον τῶν ἄλλων· οὕτω γὰρ αὐτά τε ταχέως ὑπέρχεται κἀκείνοις ποδηγεῖ· τὰ ὕστατα ληφθέντα συνδιαφθείρει καὶ τὰ ἄλλα.

Κεφ. κ'. [Περὶ Ἀρμενιακῶν καὶ πρεκοκκίων.] Ἐν τῷ περσικῶν γένει καὶ ταῦτ' ἐστὶ διαφοράν τινα αὐτῶν ἔχοντα πρὸς τὸ βέλτιον· οὔτε γὰρ ὁμοίως διαφθείρεται κατὰ τὴν κοιλίαν, οὔτ' ὀξύνεται. φαίνεται δὲ τοῖς πολλοῖς ἡδίω, καὶ διὰ τοῦτο καὶ εὐστομαχώτερα· τούτοις γὰρ τἄλλα ὁμοίως. ἡδέσι δὲ τοῦθ' ὑπάρχει πᾶσιν, ὥσπερ τοῖς ἀηδέσιν ὑπτιάζειν τε καὶ ἀνατρέπειν τὴν γαστέρα καὶ πρὸς ἔμετον ἐρεθίζειν, ὀρεγομένην ὅτι τάχιστα τὸ λυποῦν ἀποῤῥίψαι. καὶ τοίνυν καὶ ποιεῖ τοῦτο κατὰ τὴν ῥοπὴν τῶν λυπούντων. ὅσα μὲν γὰρ κάτω ῥέπει, ταύτῃ διωθεῖ, τὰ δ' ἐπιπολάζοντα δι' ἐμέ-

pravaque omnino eſt. Quocirca (quod quidam facere ſolent) non ſunt poſt alios cibos mandenda, corrumpuntur enim in ſuperficie natantia. Sed in omnibus, quae pravi quidem ſunt ſucci, verum humida ſunt ac lubrica, et quae ſubduci facile queant, id communiter tenendum, ea ob id ipſum ante alios cibos eſſe ſumenda; ita enim fiet, ut citius ſubducantur, et aliis cibis viam muniant; quae ſi ſumpta poſtrema fuerint, una ſecum alia quoque corrumpent.

Cap. XX. [De Armeniacis ac praecocibus.] Haec quoque ex genere ſunt perſicorum, bonitate nonnihil illa ſuperantia; neque enim in ventriculo, ut illa, corrumpuntur, neque aceſcunt, vulgo autem ſuaviora apparent; unde etiam ſtomacho ſunt gratiora; caetera enim illis ſunt ſimilia. Suavibus autem omnibus id ineſt, quemadmodum inſuavibus, ut ventriculum reſupinent ac ſubvertant, et ad vomendum incitent, cupientem quam celerrime, quod infeſtat, abjicere, id quod facit pro momento eorum, quae infeſtant; quae enim vergunt deorſum, ea ipſa expellit; quae vero ſupernatant, per vomitus ejicit; idem facit,

των ἐκβάλλει, ταὐτὸ τοῦτο κἀπὶ τῶν ἐξ ὅλου τοῦ σώματος εἰς αὐτὴν καταῤῥεόντων μοχθηρῶν χυμῶν ἐργαζομένη. καὶ γὰρ καὶ τούτων ὅσοι μὲν εἰς τὴν ἄνω κοιλίαν συῤῥέουσιν, ἐκκενοῦνται δι᾽ ἐμέτων, ὅσοι δ᾽ [348] εἰς τὴν κάτω, διάῤῥοιαν ἐργάζονται. τροφὴ δὲ ὅτι βραχεῖα ταῖς ὀπώραις ἁπάσαις ὑπάρχει, λέλεκται πρόσθεν. ἔστι μὲν οὖν ἀμείνω τὰ πρεκόκκια καλούμενα τῶν Ἀρμενιακῶν. ὅσοι δὲ φεύγουσι τὴν τῶν πρεκοκκίων προσηγορίαν, Ἀρμενιακὰ μῆλα καλοῦσιν ἀμφότερα· τινὲς δὲ Ἀρμένια διὰ τεσσάρων συλλαβῶν, οὐ διὰ πέντε.

Κεφ. κα΄. [Περὶ μήλων.] Ἔστι μὲν οὐχ ἓν αὐτῶν γένος, ὥσπερ οὐδὲ τῶν ἀπίων τε καὶ ῥοιῶν. ἔνια μὲν γὰρ αὐστηρὸν ἔχει χυμὸν, ἔνια δ᾽ ὀξὺν ἢ γλυκὺν, ἔστι δ᾽ ἃ καὶ μικτὸν ἐκ τούτων, ὡς ἅμα τε γλυκέα φαίνεται καὶ στύφοντα, καί τινα ἕτερα μετὰ γλυκύτητος ὀξέα σαφῶς γίνεται, καὶ πρὸς τούτοις ἄλλα στρυφνὰ μετ᾽ ὀξύτητος. εὕροις δ᾽ ἂν ποτε καὶ τῶν τριῶν χυμῶν ἔνια μετέχοντα σαφῶς, ὡς ὀξέα τε φαίνεσθαι καὶ γλυκέα καί τι καὶ στρυφνότητος ἔχειν. ὅτι δὲ μίαν

et quum ſucci pravi ex toto corpore in ipſum decumbunt; etenim qui ex iis in partem ventriculi ſuperiorem confluunt, vomitu vacuantur, qui vero in inferiorem, pariunt diarrhoeam. Porro quod fructus omnes autumnales exigui ſint alimenti, dictum id nobis prius fuit. Praecocia tamen, quae vocant, Armeniacis ſunt praeſtantiora; qui tamen praecocium nomen fugitant, utraque mala Armeniaca appellant, alii vero Armenia per quatuor ſyllabas, non quinque.

Cap. XXI. [De malis.] Genus horum non eſt ſimplex, quomodo neque pirorum, neque punicorum; quaedam enim ſunt, quae ſaporem habent auſterum, alia acidum aut dulcem, nonnulla etiam ex iis mixtum, apparentque et dulcia ſimul et aſtringentia. Praeterea alia quaedam cum dulcedine manifeſtum habent acorem; ad haec alia cum acore acerbitatem. Invenias autem interdum et quae hos tres ſapores ſimul habeant evidentes adeo, ut acida appareant et dulcia, acerbitatisque habeant nonnihil. Perſpicuum autem eſt, quod adſtringens,

ἑρμηνεύει ποιότητα τὰ τρία ταῦτα ὀνόματα χυμοῦ, τὸ στύφον καὶ αὐστηρὸν καὶ στρυφνὸν, πρόδηλον· ὅτι δὲ τὰ μὲν στρυφνὰ τῷ μᾶλλον στύφειν διαφέρει τῶν αὐστηρῶν, κοινὸν δ᾽ αὐτῶν γένος ἐστὶ τὸ στύφον, ἐν τῷ τετάρτῳ περὶ τῆς τῶν ἁπλῶν φαρμάκων δυνάμεως ἔμαθες, ἐν ᾧ περὶ τῆς τῶν χυμῶν οὐσίας τε καὶ δυνάμεως ὁ λόγος ἐστίν. ἀναμνησθεὶς οὖν ἐκείνων, ὅσα μὲν στύφει μῆλα, ψυχρὸν ἴσθι ἔχειν καὶ γεώδη χυμόν· ὅσα δ᾽ ὀξέα φαίνεται, ψυχρὸν μὲν, ἀλλὰ λεπτομερῆ· μέσης δ᾽ εἶναι κράσεως τὰ γλυκέα, πρὸς τὸ θερμότερον ῥέποντα, καθάπερ τὰ τελέως ἄποια καὶ οἷον ὑδατώδη πρὸς τὸ ψυχρότερον ἐγκεκλιμένα. χρήσῃ τοιγαροῦν κατὰ τὰς τῶν ἐπικρατούντων δυνάμεις χυμῶν τοῖς μὲν αὐστηροῖς μήλοις, ὅταν ἤτοι διὰ δυσκρασίαν θερμὴν ἢ ὑγρότητα πολλὴν ἄτονος ἡ γαστὴρ ὑπάρχῃ, τοῖς στρυφνοῖς δὲ, ὅταν ἱκανῶς αὐξηθῇ ταῦτα, τοῖς δ᾽ ὀξέσιν, ὅταν ὑπολάβῃς ἐν αὐτῇ παχὺν ἠθροῖσθαι χυμὸν, οὐ πάνυ τι ψυχρόν. ὡς ὅ γε ψυχρὸς οὐ τῶν ὀξέων, ἀλλὰ τῶν δριμέων δεῖται· τέμνει μὲν γὰρ ἄμφω πάχος χυμῶν,

auſterum et acerbum, tria haec nomina, ſaporis qualitatem unicam ſignificant. Quod vero acerba quidem in eo ab auſteris differant, quod valentius aſtringant, (commune autem ipſorum genus eſt aſtringens,) ex quarto libro de ſimplicium medicamentorum facultate didiciſti, in quo de ſaporum ſubſtantia ac facultate tractavimus. Memor igitur illorum ſcito, mala quidem, quae aſtringunt, ſuccum habere frigidum ac terreum, quae vero acida apparent, frigidum quidem, verum tenuium eſſe partium, mediae autem temperiei eſſe dulcia, quae tamen ad calidius vergunt, quemadmodum, quae omnis qualitatis ſunt expertia ac veluti aquoſa, ad frigidius inclinant. His igitur uteris pro vincente in ſaporibus facultate; auſteris quidem pomis, quum ventriculus vel propter calidam intemperiem vel multam humiditatem fuerit imbecillus; acerbis autem, quum duo haec aucta admodum fuerint; acidis, quando ſuccum craſſum non magnopere frigidum ſuſpicaberis in ipſo eſſe collectum, quandoquidem ſuccus frigidus non acida ſed acria poſtulat. Utraque certe et acida et acria

τά τ' ὀξέα καὶ τὰ δριμέα, διαφέρει δὲ τῷ τὰ μὲν μετὰ ψύξεως, τὰ δὲ μετὰ θερμασίας τοῦτο δρᾷν. εὔδηλον δὲ ἐκ τῶν ἤδη πολλάκις εἰρημένων, ὡς τὰ μὲν στύφοντα τὰς κάτω διαχωρήσεις ἐπέχει διαπαντὸς, ὅσον ἐφ' ἑαυτοῖς, τὰ δ' ὀξέα, χυμὸν μὲν εὑρόντα παχὺν ἐν τῇ γαστρὶ, τέμνει τε τοῦτον, ὑπάγει τε κάτω καὶ διὰ τοῦτο ὑγραίνει τὰ διαχωρήματα, καθαρὰν δ' εὑρόντα τὴν κοιλίαν, ἐπέχει μᾶλλον αὐτήν. ὁ δὲ γλυκὺς ἄνευ δριμύτητός τε καὶ πάχους, τουτέστιν ἐὰν ἀκριβῶς ᾖ μόνος, ἀναδίδοται μᾶλλον, ὅσον ἐφ' ἑαυτῷ, δριμύτητα δ' ἔχων ἢ πάχος ὑπέρχεται μᾶλλον. ἔστι δέ τι καὶ ἄλλο χυμοῦ γένος, οὐκ ἐν μήλοις μόνον, ἀλλὰ καὶ ἐν τοῖς ἄλλοις ἅπασιν, ὃ καλοῦσιν ὑδατῶδές τε καὶ ἄποιον, ὡς καὶ πρόσθεν εἶπον, ἥκιστα μὲν εὐστόμαχον, ἐν τῷ μέσῳ δὲ ὂν ὧν διῆλθον δυνάμεων, ὥσπερ καὶ τὸ ὕδωρ αὐτό. κακία δ' ἐστὶν ἐν μήλῳ τὸ τοιοῦτον, τῶν ἐπὶ τὴν ἐδωδὴν αὐτοῦ παραγινομένων ἢ δι' ἡδονὴν τοῦτο πραττόντων, ἢ δι' ὠφέλειαν. ὅταν οὖν μήθ' ἡδέα φαγεῖν ᾖ τοιαῦτα, μήτε ῥώμην ἐντιθῇ γαστέρι, καθάπερ τὰ στύφοντα, μήτ' ἴσχῃ ῥεο-

fuccos craffos incidunt, in eo tamen differunt, quod haec quidem cum calefactione, illa autem cum refrigeratione id praeftent. Perfpicuum porro ex iis, quae faepe jam diximus, eft, quod adftringentia quidem, quantum in ipfis eft, alvi dejectiones femper cohibent, acida vero, quum fuccum craffum in ventre invenerint, ipfum incidunt ac deorfum fubducunt, ob idque dejectiones humectant; quod fi ventrem purum invenerint, ipfum magis fiftunt. Porro fuccus dulcis, quum fine acrimonia et craffitie, id eft, quum folus plane fuerit, aptius, quantum in ipfo eft, diftribuitur; quod fi acrimoniam aut craffitiem habuerit, facilius fubducitur. Eft autem et aliud fucci genus non in pomis modo, verum etiam in aliis omnibus, quod aqueum et qualitatis expers appellant, ut antea quoque diximus, quod ftomachum quidem minime juvat, in medio autem eft memoratarum facultatum, quemadmodum et aqua ipfa. Ineft autem pomo ejusmodi id vitium, quod, quum ad mandendum ipfum aut voluptate aut utilitate adducantur, quando neque guftu jucundum ipfum, neque, quemadmodum adftringentia, robur ventri in-

μένην, εἰκότως ἀτιμάζεται, καθάπερ καὶ παρ᾽ ἡμῖν γε [349] τῆς Ἀσίας πολλαχόθι τοῖς ὑσὶν αὐτὰ ῥίπτομεν, πλατανίστινα καλοῦντες, ἐπειδὴ παραπλήσιά πώς ἐστι γευόμενα (326) τοῖς ἁπαλοῖς φύλλοις τῶν πλατάνων. φυλάττεσθαι δὲ χρὴ καὶ τὰ κάλλιστα τῷ γένει μῆλα, πρὶν ἐπὶ τῶν δένδρων πεπανθῆναι· δύσπεπτα γάρ ἐστι καὶ ψυχρὰ καὶ βραδύπορα καὶ κακόχυμα μετὰ τοῦ καὶ ψυχρὸν καὶ παχὺν ἀτρέμα τὸν χυμὸν ἔχειν. ὅσα δὲ καλῶς πεπανθέντα φυλάττουσιν εἴς τε τὸν χειμῶνα καὶ τὸ μετ᾽ αὐτὸν ἔαρ, ὠφελιμώτατα γίνονται πολλάκις ἐν νόσοις, ἤτοι περιπλασθέντα σταιτὶ, ἢ καὶ κατὰ θερμὴν σποδιὰν ὀπτηθέντα συμμέτρως, ἢ ἐφ᾽ ὕδατος ζέοντος ἀτμῷ καλῶς ἑψηθέντα. διδόναι δ᾽ αὐτὰ χρὴ μετὰ τὴν τροφὴν εὐθέως, ἐνίοτε δὲ καὶ μετ᾽ ἄρτου, ῥώμης τε γαστρὸς ἕνεκα καὶ στομάχου τοῖς ἀνορέκτοις τε καὶ βραδυπεπτοῦσιν, ἐμετικοῖς τε καὶ διαῤῥοϊζομένοις καὶ δυσεντερικοῖς. ἐπιτήδεια δὲ εἰς τοιάνδε χρείαν ἐστὶ τὰ στρυφνά· συμμετρίαν γὰρ ἴσχει τῆς στύψεως, ὡς εἶπον ἄρτι παρασκευασθέντα, τῶν μετρίως αὐστηρῶν ἅπασαν

ducere, neque fluentem ipfum fiftere comperiunt, merito contemnunt, quemadmodum et apud nos quidem in multis Afiae locis fuibus ipfum projicimus, *πλατανίστινον* appellantes, quod tenera platanorum folia guftu quodammodo repraefentet. Caeterum ab optimis etiam in toto genere malis, priusquam in arboribus maturuerint, cavendum eft; concoctu enim funt difficilia et frigida tardeque permeant, et pravi funt fucci, ut interim omittam, quod fuccum etiam habent frigidum ac leviter craffum. Quae vero belle matura in hyemem et ver proximum affervant, ea faepe in morbis maximum afferunt praefidium, aut cataplasmatis modo cum farina admota, aut in calidis cineribus mediocriter affata, aut pulchre in aquae bullientis vaporibus percocta. Caeterum poft cibum ftatim dare ipfa conveniet, nonnunquam autem et cum pane ad ventriculum et ftomachum roborandum iis, qui dejecta funt appetentia tardeque concoquunt, quique vomitu, diarrhoea ac dyfenteria infeftantur. In hunc ufum acerba funt apta; parata enim, ut jamjam praecepi, mediocrem retinent aftrictionem, quum, fi

ἀποτιθεμένων τὴν στύψιν ἐν τῇ τοιαύτῃ παρασκευῇ, καὶ διὰ τοῦτο παραπλησίων γιγνομένων τοῖς ἐξ ἀρχῆς ὑδατώδεσιν.

Κεφ. κβ'. Ἐπειδὴ δέ τινων ἤκουσα λεγόντων, ὑπέρχεσθαι τὴν κοιλίαν αὐτοῖς ἐπὶ τῇ τῶν στυφόντων ἐδωδῇ, βέλτιον ἐνόμισα καὶ περὶ τούτου διελθεῖν ἐπὶ πλέον ἅπαξ ἐν τῷδε τά τε διὰ τοῦ λόγου καὶ τῆς πείρας ἡμῖν ἐγνωσμένα πολλάκις, ἐπειδή τινος Πρώτα ῥήτορος, ἡμετέρου πολίτου, λέγοντος, ἐπὶ τῇ τῶν αὐστηρῶν ἀπίων τε καὶ μήλων ἐδωδῇ λαπάττεσθαι τὴν κοιλίαν, ἐνόησα τὸ γενόμενον, ἐπαγαγών τε τὴν ἐκ τῆς πείρας βάσανον αὐτῷ, μετὰ ταῦτ' ἤδη θαῤῥαλεώτερον ἐπ' ἄλλων ἐπὶ τὴν αὐτὴν πεῖραν ἧκον. ἠξίωσα γὰρ ὁμοδίαιτόν μοι γενέσθαι τὸν ἄνδρα κἂν μιᾶς ἡμέρας, ὅπως ἴδοιμι, πηνίκα τε καὶ πόσα προσφέρεται τὰ στύφοντα. καὶ κατά γε τὴν πρώτην εὐθέως, ὡς εἴθιστο, διαιτηθῆναι παρεκάλουν αὐτὸν, ὑπαλλάξαντα μηδὲν ὅλως τῶν κατὰ τὴν δίαιταν. ὁ δὲ μετὰ τὸ λουτρὸν, ὕδατος οὐ πολὺ προπιὼν, εἶτα τῆλίν τε καὶ ῥαφανῖδα καὶ ὅσα τοιαῦτα τοῖς πλείστοις εἴθισται προσ-

mediocriter auftera fuiffent, in ejusmodi apparatu aftrictionem omnem depofuiffent, ob idque fimilia iis evadunt, quae ab initio funt aquea.

Cap. XXII. Quum autem quosdam audiviffem, qui dicerent, ventrem fibi ab efu aftringentium fubduci, fatius effe putavi, quae de eo ratione atque experientia faepe cognoviffem, hoc loco femel fufius explicare. Quum Protas rhetor quidam, civis nofter, narraret, ventrem fibi poft efum pomorum ac pirorum aufterorum dejici, re intellecta, atque in ipfo per experientiam comprobata, audacius poftea in aliis id ipfum fum expertus. Rogavi enim hominem, ut mecum vel unum diem viveret, ut fcirem, quo tempore et quam multis vefceretur aftringentibus; ac primum hominem ftatim fum hortatus, ut more fuo viveret, neve ulla in re confuetam fibi victus rationem immutaret. Ipfe autem quum poft balneum, paucula aqua praebibita, foenum Graecum, radiculam et id genus alia, quae ante cibos omnes fere fumere

φέρεσθαι, πρὶν ἄλλου τινὸς γεύσασθαι, καὶ αὐτὸς ὁμοίως προσενεγκάμενος, ἐπιπιὼν δὲ σύμμετρον οἴνου γλυκέος, ἐφεξῆς ἔφαγεν δι' ἐλαίου καὶ γάρου μαλάχας, μικρὸν ἐχούσας οἴνου, καὶ μετὰ ταῦτα ἰχθύος τι καὶ χοιρείου κρέατος καὶ ὄρνιθος, εἶτα πιὼν που καὶ δεύτερον, ὀλίγον δὲ διαλιπὼν ἐπέφαγεν ἀπίους τε αὐστηρούς. κἄπειτα προελθόντων ἡμῶν ἐπὶ τὸ περιπατεῖν, ὀλίγα τε περιπατησάντων, ὑπῆλθεν ἀξιολόγως ἡ γαστὴρ αὐτῷ. θεασάμενος οὖν ταῦτα ἐγὼ συνεθέμην τῷ φίλῳ, κατὰ τὴν ὑστεραίαν ἐμοὶ πάλιν ἐπιτρέψαι τὰ κατὰ τὴν δίαιταν. ἑτοίμως δὲ πεισθέντι πρώτους ἁπάντων ἔδωκα μετὰ βαλανεῖον ἀπίους φαγεῖν, εἶτα τἄλλα ἐφεξῆς, ὡς εἰώθει. καὶ τούτων οὕτω γεγενημένων, οὐχ ὅπως ἀξιολόγως, ἀλλ' οὐδὲ μετρίως ἀπέκρινεν ἡ γαστήρ. ἐθαύμαζεν οὖν εἰκότως τὸ γιγνόμενον, ἤρετό τ' ἐμὲ τὴν αἰτίαν αὐτοῦ· κἀγὼ διῆλθον αὐτῷ ταῦτα τὰ νῦν εἰρησόμενα. τοῦ γάρου γὰρ, ἔφην, σὺν τοῖς ἅμ' αὐτῷ ληφθεῖσιν ὑπάγειν πεφυκότος τὴν γαστέρα καὶ τοῦτ' ἤδη προειργασμένου, τὰ στύφοντα, τελευταῖα ληφθέντα, καὶ μάλιστα τοῖς ἀτόνοις τὸν στόμαχον, αἴτια γίγνονται τῆς

consueverunt, similiter et ipse sumpsisset, vinumque dulce quantitate mediocri adbibisset, comedit deinceps malvas cum oleo et garo et pauco vino, et post illa piscis quidpiam, suillae et avis; deinde, quum secundo bibisset, pauco tempore intermisso sumpsit pira austera; postea ad deambulandum progressi, non multum deambulavimus, quum venter illi majorem in modum est solutus. Quae quum essem conspicatus, pactus sum amico, ut postridie, quae ad suam victus rationem pertinerent, mihi committeret. Qui quum mihi prompte esset assensus, prima omnium post balneum pira exhibui, deinde alia deinceps, ut consueverat; quibus peractis, non modo non vehementer, sed ne mediocriter quidem alvum dejecit. Mirabatur sane (ut par est) rei eventum, causamque ejus a me sciscitabatur; cui ego haec, quae nunc referam, exposui. Nam quum garum, inquam, una cum iis, quae cum eo sumpseras, alvum suapte natura subducat, idque jam ante feceris, astringentia postremo loco sumpta iis potissimum, qui stomachum habent imbecillum,

ὑπαγωγῆς, ῥωννύντα τε τὴν γαστέρα [350] καὶ προτρέποντα διωθεῖσθαι κάτω τὰ περιεχόμενα κατ᾽ αὐτήν. μᾶλλον δ᾽ ἂν, ἔφην, πεισθείης τοῦτο, λαβὼν ἐπὶ τῆς ὑστεραίας ἁπάντων μὲν πρῶτα τὰ στύφοντα, δεύτερα δ᾽ ἐπ᾽ αὐτοῖς τὰ κρεώδη, καὶ πάντων τελευταῖα τὰ δι᾽ ἐλαίου τε καὶ γάρου προσφερόμενα. μηδαμῶς, εἶπεν, ἐμέσαιμι γὰρ ἂν αὐτίκα, μαλάχας ὑστάτας ἐπιφαγὼν μετ᾽ ἐλαίου καὶ γάρου. κάλλιστα, ἔφην, εἶπες, ἀνατρέπει γὰρ ταῦτα τὴν γαστέρα καὶ μάλιστα αὐτῆς τὸ στόμα, τὸ πρὸς ἁπάντων ἤδη συνήθως στόμαχος ὀνομαζόμενον, ἐπιῤῥώννυσι δὲ καὶ τονοῖ τὰ στύφοντα. διὸ κἂν ἄλλος τις χυμὸς αὐτὴν ἀνατρέψῃ, καθάπερ εἴωθεν ἐνίοις ὠχρὰ χολὴ πλεῖον ἀθροισθεῖσα τοῦτο ποιεῖν, γευσάμενός τινος τῶν στυφόντων ὁ οὕτως διακείμενος εὐθέως ἐκκρινεῖ κάτω τὸν ἀνιῶντα χυμόν. εἶτα ἔδειξά τινα τῶν νεανίσκων αὐτῷ πρὸ ἡμερῶν ὀλίγων εἰληφότα μὲν ἕνεκα τοῦ καθαρθῆναι σκαμμωνίας ὀπὸν, ἤδη δὲ ὡρῶν γεγονυιῶν ἐπὶ τῇ προσφορᾷ πέντε, καὶ μηδεμιᾶς ἐκκρίσεως ἠκολουθηκυίας, θλίβεσθαι μὲν λέγοντα τὸν στόμαχον, ἐπᾶρθαι δὲ καὶ βαρύνεσθαι τὴν γαστέρα,

dejectionis funt caufa, ventriculum roborantia et ad expellendum deorfum, quae in fefe continet, incitantia; quod magis (inquam) fatebere, fi cras prima omnium aftringentia fumpferis, fecunda autem poft illa carnofa, omnium poftrema, quae cum oleo et garo manduntur. Minime, inquit, repente enim vomerem, fi malvas ultimas cum oleo et garo manderem. Optime, inquam, refpondifti; illa enim ventriculum fubvertunt, et potiffimum os ipfius, quod jam omnes ftomachum vocare confueverunt; aftringentia vero roborant ac firmant; quo fit, ut, fi quis alius fuccus ventriculum fubverterit, (quod folet bilis pallida efficere, in quibus copiofior eft acervata,) qui fic eft affectus, fi quod aftringentium guftarit, fuccum infeftantem repente deorfum excernet. Deinde oftendi ei juvenem quendam, qui narrabat, quum paucis diebus ante purgandi gratia fuccum fcammonii fumpfiffet, et horis quinque poft fumptum medicamentum jam praeterlapfis nulla fecuta effet excretio, ftomachum quidem fibi premi, ventriculum autem intumefcere

καὶ διὰ τοῦτο ὠχριᾷν τε καὶ ἀπορεῖσθαι, καί μοι κοινώσασθαι τὰ κατέχοντα συμπτώματα αὐτόν. ὅπως οὖν ἰασάμην τὸν ἄνθρωπον, ἄκουσον, ἔφην, αὐτὸν τὸν νεανίσκον. καὶ δὴ καὶ παρέσχον αὐτῷ παρόντα τε καὶ διηγούμενον, ὡς ἐγὼ μὲν ἐκέλευσα μήλου στύφοντος, ἢ ῥοᾶς, ἢ ἀπίου βραχύ τι φαγεῖν, ὁ δ' ἅμα τῷ καταπιεῖν εὐθέως ἀπηλλάγη τῶν ὀχληρῶν, ἐκκριθάσης ἀθρόως αὐτοῦ πάμπολλα τῆς γαστρός. ἴσθι τοίνυν, ἔφην τῷ ῥήτορι, καὶ σοὶ τοῦτο συμβαῖνον, ὅταν ἐπιφάγῃς τὰ στύφοντα, διὰ τὴν ἀτονίαν τῆς γαστρὸς ὅλης καὶ τοῦ στομάχου. ὁ δὲ, καὶ μᾶλλον, εἶπε, τοῦτο ἀληθὲς εἶπες. ἔστι τε γάρ μοι φύσει τοιοῦτος ὁ στόμαχος, ἀνατρέπεταί τε ῥαδίως ἐπὶ τοῖς τυχοῦσιν, ἐγώ τε τότε μᾶλλον προσφέρομαι τῶν αὐστηρῶν τι μετὰ τὴν τροφὴν, ὅταν αἴσθωμαί ποθ' ὕπτιον ἱκανῶς αὐτὸν γεγονότα, ἤδη πλησίον ἔχοντα ναυτίας. αὕτη σοι ἡ κατὰ τὸν ῥήτορα διήγησις αὐτάρκης εἰς γνῶσιν ἔστω τοῦ λαπάττεσθαι τὴν γαστέρα τοῖς ἄτονον ἔχουσι τὸν στόμαχον, ὅταν ἐπιφάγωσί τι τῶν στυφόντων.

ac gravari coepiffe, quas ob res pallidum fe attonitumque atque animi incertum fymptomata, quibus infeftabatur, mihi communicaffe. Quonam igitur modo hominem fanaverim, audi, inquam, juvenem ipfum. Tum protinus praefentem ei exhibui ac narrantem, ut ego imperarim fibi, exiguum quiddam mali aftringentis, aut punici, aut piri manderet; ipfe autem, fimul atque comediffet, malis ftatim fuerit liberatus, copiofiffima ac conferta ex ipfius ventre facta excretione. Scito igitur, dixi rhetori, tibi quoque idem contingere, quum propter ventriculi totius ac ftomachi imbecillitatem aftringentia poftremo loco fumpferis. Tum ille, veriffimum, inquit, eft quod dixifti; talis enim mihi natura eft ftomachus, facileque a quibusvis fubvertitur; ego vero poft cibum ftudiofius aufterum quidpiam efito, tunc quum ipfum fupinum admodum effe fentio, adeo ut prope jam naufeet. Ex hac de rhetore narratione fatis intelligere poteris, iis, qui ftomachum habent imbecillum, ventrem dejici, quum poftremis epulis aftringentium quidquam fumpferint.

Κεφ. κγ΄. [Περὶ κυδωνίων καὶ στρουθιομήλων.] Ἐξαίρετόν τι παρὰ τὰ ἄλλα μῆλα τούτοις ὑπάρχει, στύψιν τε πλείονα κεκτημένοις καὶ τὸν χυλὸν ἔχουσι μόνιμον, εἴ τις ἑψήσας αὐτὸν σὺν μέλιτι φυλάττειν ἐθέλοι· τῶν δ᾽ ἄλλων μήλων ὁ χυλὸς ὀξύνεται κείμενος, ὑγρότητα πολλὴν ἔχων ψυχράν. ἡμεῖς δὲ καὶ τὸ διὰ τοῦ χυλοῦ τῶν στρουθομήλων φάρμακον ἐπιτηδειότατον τοῖς ἀνορέκτοις, οὐκ ἐν φανερῷ κατὰ τύχην κείμενον, ὕστερόν ποθ᾽ εὕρομεν ἐτῶν ἑπτὰ μεταξὺ γεγονότων, οὐδεμίαν ἐσχηκότος μεταλλαγὴν τῆς ποιότητος. ἐπεποιήκει δὲ κατὰ τὸ στόμα τοῦ ἀγγείου πυκνὸν ἐπίπαγον, οἷον καὶ μέλιτι πολλάκις ἐπιπήγνυται καὶ ἄλλοις τισί· καὶ χρὴ φυλάττειν αὐτὸν ἐπικείμενον, ὅταν ἐθέλῃς ἀμετάβλητον ἐπὶ πλεῖστον διαμεῖναι τὸ φάρμακον ἢ τὸ μέλι. τοῦτο μὲν οὖν εἰρήσθω μοι κατὰ τὸ πάρεργον· οὗ δ᾽ ἕνεκα ἐμνημόνευσα τοῦ μὴ διαφθαρέντος ἐν χρόνῳ πλείονι φαρμάκου, πάλιν ἀναλήψομαι. μόνιμος ὁ τῶν στρουθίων μήλων χυλός ἐστιν, ὅταν καλῶς σκευασθῇ, καθάπερ καὶ ὁ τῶν κυ-

Cap. XXIII. [De cydoniis et struthiomelis.] His pomis exiguum quiddam, quod in aliis non invenitur, inest. Nam praeterquam quod astrictionem habent copiosiorem, succus etiam eorum diu durat ac permanet, si quis ipsum cum melle coctum asservare velit, quum aliorum pomorum succus, si reponatur, acescat, propterea quod multam habet humiditatem frigidam. Nos autem et medicamentum, quod ex succo struthiomelorum conficitur, quodque iis, qui dejectam habent appetentiam, est accommodatissimum, quum forte in loco conspicuo non esset positum, tandem post annos septem invenimus, nihil in qualitate immutatum; crustam enim in ore vasculi densam fecerat, cujusmodi in melle saepenumero et aliis quibusdam accrescit, quam servare incumbentem conveniet, si velis pharmacum aut mel diutissime citra mutationem servare. Atque id mihi obiter sit dictum; cujus autem rei gratia medicamenti, quod longiore tempore mansit incorruptum, memini, denuo id resumam. Permanens est struthiorum malorum succus, quando paratus

δωνίων, [351] ἀλλ' ἧττον οὗτος ἡδὺς ὑπάρχει, καὶ μάλιστα στύφων· ὥστε εἴη ἂν ποτε καὶ τούτου χρεία πρὸς ῥῶσιν ἱκανῶς ἐκλύτου γαστρός. ἐν Ἰβηρίᾳ δὲ τὸν καλούμενον μηλοπλακοῦντα συντιθέασιν, ἔδεσμα μόνιμον οὕτως, ὡς εἰς Ῥώμην κομίζεσθαι μεστὰς αὐτοῦ λοπάδας καινάς. σύγκειται δὲ ἐκ μέλιτός τε καὶ σαρκὸς λελειωμένης ἑφθῆς ἅμα τῷ μέλιτι. τὸ δ' ἡμέτερον φάρμακον τὸ τοῖς ἀνορέκτοις σκευαζό (327) μενον οὐκ ἐκ μόνου μέλιτος καὶ χυλοῦ μήλων ἐστὶν, ἀλλὰ καὶ πεπέρεως ἔχει τι λευκοῦ καὶ ζιγγιβέρεως καὶ ὄξους. οὐ μὴν νῦν γε καιρὸς αὐτοῦ τῆς διδασκαλίας ἐστὶν, ἑτέρωθι τελέως εἰρημένης.

Κεφ. κδ'. [Περὶ ἀπίων καὶ ῥοιῶν.] Ἃ περὶ μήλων εἶπον, ἅπαντα μεταφέρων ἐπὶ τὰς ἀπίους τε καὶ ῥοιὰς οὐδενὸς ἔτι νεωτέρου περὶ αὐτῶν ἑτέρου δεήσῃ λόγου. καὶ γὰρ ἐν ταύταις ἔνιαι μὲν αὐστηραὶ μόνον ἢ στρυφναὶ φαίνονται, καθάπερ γε τινὲς μὲν ὀξεῖαι, τινὲς δὲ γλυκεῖαι, τινὲς δὲ ἐκ τῆς τούτων μίξεως συγκείμεναι, καὶ τινὲς ὅλως οὐδεμίαν ἔχου-

recte fuerit, quemadmodum et cydoniorum; verum hic minus eſt ſuavis et maxime aſtringens; quocirca ad ventriculi admodum exoluti robur uti eo aliquando poſſimus. In Iberia autem edulium componunt, quod *μηλοπλακοῦντα* appellant, quod adeo durat, ut patinae recentes ipſo refertae Romam afferantur. Componitur autem ex melle et carne laevigata cocta cum melle; noſtrum vero medicamentum, quod iis, qui dejectam habent appetentiam, comparatur, non ex melle ſolo et malorum ſucco, ſed piperis albi habet quidpiam et zingiberis et aceti. Non tamen jam plura de eo verba facere convenit, quum alibi de eo abſolute tractaverimus.

Cap. XXIV. [De piris et punicis.] Quae de malis diximus, ſi ad pira et punica tranſtuleris, nihil erit, quod nos de ipſis novum dicere oporteat. Etenim in his quoque alia ſunt auſtera tantum vel acerba, alia acida, alia dulcia, alia ex horum mixtione compoſita, et alia, quae nullam penitus hujuscemodi qualitatem habent exuperantem; quo

σαι τοιαύτην ἐπικρατοῦσαν ποιότητα, καὶ διὰ τοῦτο ὑδατώδεις τε καὶ ἀμβλεῖαι οὖσαι, ῥωστικὸν οὐδὲν ἔχουσι. τῶν μὲν οὖν ἀπίων ἡ χρῆσις ὁμοία κατὰ πᾶν ἐστι τῇ τῶν μήλων· αἱ ῥοιαὶ δὲ τὰ μὲν ἄλλα παραπλησίως, οὐδέποτε δ' οὐδ' ὀπτῶνται μετὰ σταιτὸς, οὐδ' ἕψονται δι' ὕδατος ἢ ἐν ἀτμῷ. χυλὸν δὲ ἔχουσι πλείονα μήλων τε καὶ ἀπίων, ἔτι δὲ πρὸς τούτῳ τὴν γεῦσιν ἡδὺν ὄντα μᾶλλον τοῦ κατ' ἐκεῖνα χυλοῦ. γίνονται δέ ποτε χρησιμώτεραι τῶν καρπῶν ἐκείνων εἰς ἄλλα τέ τινα καὶ τὸ πρὸς Ἱπποκράτους εἰρημένον ἐν Ἐπιδημιῶν δευτέρῳ κατὰ τήνδε τὴν ῥῆσιν. γυνὴ ἐκαρδιάλγει, καὶ οὐδὲν καθίστη, πρὶν ἐς ῥοιᾶς χυλὸν ἄλφιτον ἐπιπάσσουσα καὶ μονοσιτίῃ ἤρκεσε καὶ οὐκ ἀνήμεεν οἷα τὰ Χαρίωνος. εὔδηλον οὖν, ὅτι, μοχθηρῶν χυμῶν τὰ κατὰ τὸ στόμα τῆς γαστρὸς, ὃ δὴ καὶ καρδίαν ὀνομάζουσι, διαβρεξάντων, ἡ γυνὴ ναυτιώδης τε καὶ καρδιαλγὴς ἦν· οὐδὲ γὰρ οὐδ' ἄλλο τι τὸ καρδιώσσειν ὄνομα σημαίνει τοῦ γινομένου συμπτώματος ἐπὶ τῷ στομάχῳ δακνομένῳ. τοῦτον οὖν τὸν χυμὸν ἐξήρανε μὲν τὸ ἄλφι-

fit, ut, quum aquea fint ac hebetia, omnis facultatis roborandi fint expertia. Pirorum igitur ufus pomorum ufui omnino eft fimilis. Punica vero caetera quidem funt fimilia, in eo tamen difcrepant, quod nunquam cum farina macerata affentur, neque in aqua aut vapore elixentur. Succum autem habent piris et pomis copiofiorem, et praeterea guftu fuaviorem eo qui eft in illis fucco. Sunt autem interdum praedictis duobus fructibus utiliora tum ad alios affectus, tum ad eum, cujus Hippocrates libro fecundo de morbis vulgaribus meminit his verbis. *Mulier cardialgia torquebatur, nec prius malum eft fedatum, quam polenta fucco punici afperfa femel in die uteretur, reliquis cibis abftinens; neque amplius vomitu rejiciebat, qualia Cheron Charitonis filius.* Perfpicuum certe eft, quod, vitiofo humore partes ad os ventriculi (quod certe cor etiam appellant) attinentes imbuente, mulier erat naufeabunda cardialgiaque torquebatur. Nam verbum καρδιώσσειν nil aliud fignificat, quam fymptoma, quod mordicationi ftomachi fuccedit. Hunc certe humorem polenta quidem exiccavit, fuc-

τον, ὁ δὲ τῆς ῥοιᾶς χυλὸς ἅμ' αὐτῷ λαμβανόμενος ἐῤῥώννυε τὴν κοιλίαν, ὡς ἀποτρίψασθαι δύνασθαι τὸν ἐν τοῖς χιτῶσιν αὐτῆς περιεχόμενον χυμόν. τροφὴν δὲ τῷ σώματι παρέχουσιν αἱ μὲν ῥοιαὶ παντάπασιν ἐλαχίστην, ὡς οὐδέποτ' αὐτῶν ὡς τροφῆς χρῄζομεν, ἀλλ' ἐν φαρμάκου μοίρᾳ μόνον. αἱ δ' ἄπιοι καὶ μάλισθ' αἱ μεγάλαι (καλοῦσι δ' αὐτὰς μενάτας οἱ παρ' ἡμῖν) ἔχουσί τι καὶ τρόφιμον, ὥστε καὶ τέμνοντές τε αὐτὰς εἰς κυκλίσκους λεπτοὺς καὶ ξηραίνοντες ἀποτίθενται, προσφέρονται δὲ κατὰ τὸν χειμῶνα καὶ τὸ ἔαρ ἕψοντες, ὅταν ᾖ λιμὸς, ἐν χρείᾳ σιτίων ὀλιγοτρόφων. οἱ δ' Ἀττικοὶ μὲν ἄνευ τοῦ ἰῶτα τὴν πρώτην τῶν ῥοιῶν ἔχουσι συλλαβὴν μᾶλλον, οἱ Ἴωνες δὲ μετὰ τοῦ ἰῶτα. χρήσιμον δὲ οὐδὲν ἔχει τῷ βίῳ τῶν ἀνθρώπων, ὥσπερ οὐδ' ἐπὶ τῶν οὔων, ἃ νῦν μὲν οὕτως ὀνομάζουσι πάντες Ἕλληνες, οὐ συγχωροῦσι δὲ οἱ Ἀττικίζοντες μετὰ τοῦ υ λέγειν αὐτά. καταλιπὼν οὖν ἐκείνους ὑπὲρ τῶν ὀνομάτων σκοπεῖσθαι περὶ τῆς δυνάμεως τοῦ καρποῦ διαλέξομαι.

cus autem punici cum ea fumptus ventriculum roboravit adeo, ut humorem in tunicis ipfis contentum expellere potuerit. Punica quidem quam minimum corpori praebent alimentum, ut ipfis nunquam ceu alimento, fed tantum ut medicamento egeamus. Pira vero et potiffimum quae magna funt (vocant autem ipfa apud nos foeminino genere *μενάτας*) aliquantulum nutriunt. Proinde in tenues orbes ipfa fecantes et poftea exiccantes reponunt, quae elixa vice ciborum parum nutrientium hyeme et vere, quum fames eft, mandunt. Attici quidem priorem fyllabam *ῥοιῶν* fcribunt fine jota, Iones vero cum jota; verum id nihil ad hominum vitam affert commodi, quemadmodum neque in *οὔων* (forbis), quae Graeci quidem omnes hujus noftrae memoriae fic nominant, Attici autem cum *υ* pronunciare ipfa non permittunt. Speculationem igitur de nominibus illis relinquentes, de facultate ipfius fructus difputabimus.

Ed. Chart. VI. [352.] Ed. Baf. IV. (327.)

Κεφ. κε΄. [352] [Περὶ μεσπίλων καὶ οὔων.] Καὶ τούτων ὁ αὐτὸς λόγος ἐστὶ τῷ προειρημένῳ, στύφει μὲν γὰρ ἄμφω, πολὺ δὲ μᾶλλον οὔων τὰ μέσπιλα· διὸ καὶ συμφορώτατον ἔδεσμά ἐστι ῥεούσῃ γαστρί. ἡδίω δὲ αὐτῶν πρὸς ἐδωδὴν τὰ οὖα· τὴν ἀρχὴν γὰρ οὐδέν τι στρυφνὸν ἔχει τοῖς μεσπίλοις ὁμοίως, ἀλλ᾽ ἔστιν ὁ κατ᾽ αὐτὰς χυμὸς αὐστηρὸς ἄνευ τοῦ στρυφνὸς εἶναι. πρόδηλον δ᾽, ὅτι τῶν τοιούτων ἁπάντων ὀλίγον ἐσθίειν προσήκει, οὐχ, ὡς σύκων ἢ σταφυλῶν, δαψιλῶς· οὐδὲν γὰρ ὡς τροφῆς αὐτῶν, ἀλλ᾽ ὡς φαρμάκων μᾶλλον δεόμεθα. ταῦτά σοι χρησιμώτερα τοῦ γνῶναι, τὴν προτέραν συλλαβὴν τοῦ τῶν οὔων ὀνόματος ὑπὸ τῶν παλαιῶν Ἀθηναίων διὰ μόνου τοῦ ο γράμματος γράφεσθαί τε καὶ λέγεσθαι.

Κεφ. κστ΄. [Περὶ τοῦ τῶν φοινίκων καρποῦ.] Εἴτε βαλάνους φοινίκων ἐθέλεις ὀνομάζειν τὸν καρπὸν αὐτῶν, εἴθ᾽ ὁμωνύμως ὅλῳ τῷ δένδρῳ φοίνικας, ὥσπερ ἔθος ἐστὶν ἤδη πᾶσι τοῖς Ἕλλησιν, οὐδὲν οὔτε βλαβήσῃ κατ᾽ οὐδέτερον οὔτ᾽ ὠφεληθήσῃ πρὸς τὴν τῆς δυνάμεως γνῶσιν. ἔστι δ᾽ ἐν

Cap. XXV. [De mefpilis et forbis.] Quae de praedictis diximus, eadem de his quoque funt dicenda. Ambo enim aftringunt; verum mefpila multo valentius, quam forba; proinde ventri fluenti cibus eft utiliffimus. Sorba tamen in cibo ipfis fuaviora; omnino enim nihil habent aftringens aeque, ac mefpila, fed ipforum fuccus eft aufterus fine ulla acerbitate. Liquet autem, quod omnibus hujuscemodi parce eft vefcendum, non autem affatim, ut uvis ac ficubus; nullo enim ipforum, ut alimento, fed ut medicamento potius indigemus. Haec tibi funt utiliora, quam fcire, priorem fyllabam nominis *οὔων* a veteribus Athenienfibus per literam o tantum fcribi et pronunciari.

Cap. XXVI. [De fructu palmae.] Fructum palmae five glandes appellare velis, five palmas eodem cum tota arbore nomine, (ut jam Graecis omnibus mos eft,) neutro modo aut nocueris aut profueris ad facultatis ipfius cognitionem. Non parva autem in ipfis eft differentia: quaedam

αὐτοῖς οὐ μικρὰ διαφορά· τινὲς μὲν γὰρ ξηροί τέ εἰσι καὶ στύφοντες, ὥσπερ οἱ Αἰγύπτιοι, τινὲς δὲ μαλακοὶ καὶ ὑγροὶ καὶ γλυκεῖς, ὥσπερ οἱ καρυωτοὶ καλούμενοι, κάλλιστοι δ' οὗτοι γεννῶνται κατὰ τὴν Παλαιστίνην Συρίαν ἐν Ἱεριχοῦντι· μεταξὺ δὲ ἀμφοτέρων τῶν εἰρημένων γενῶν οἱ ἄλλοι πάντες εἰσὶ φοίνικες. δύσπεπτοι δέ εἰσι καὶ κεφαλαλγεῖς, οἱ μὲν μᾶλλον, οἱ δὲ ἧττον, ὄντες ὑγροί τε καὶ γλυκεῖς καὶ ξηροὶ καὶ στύφοντες. ἀλλὰ τῶν ἄκρων ἀφορισθέντων, εὐφορώτατον ἤδη σοι τὸ μέσον ἔσται πᾶν. οὐδεὶς γοῦν αὐτῶν ἐστιν, ὃς οὐ γλυκύτητά τινα καὶ στύψιν ἔχει· καὶ γὰρ τῷ καρυωτῷ μέτεστι βραχείας στύψεως καὶ τῷ Θηβαϊκῷ γλυκύτητος ἀμυδρᾶς. ἀλλ' ὁ μὲν γλυκὺς χυμὸς ἐδείχθη τρόφιμος, ὁ δ' αὐστηρὸς εὐστόμαχός τε καὶ γαστρὸς ἐφεκτικός. ἅπαντες δὲ οἱ φοίνικες δύσπεπτοί τέ εἰσι καὶ κεφαλαλγεῖς πλείονες βρωθέντες. ἔνιοι δὲ καὶ δήξεώς τινος αἴσθησιν ἐμποιοῦσι τῷ στόματι τῆς κοιλίας, ὃ στόμαχον ὀνομάζουσιν οἱ ἰατροί. ὁ δ' ἀπ' αὐτῶν εἰς τὸ σῶμα ἀναδιδόμενος χυμὸς παχὺς μὲν πάντως ἐστὶν,

enim funt ficcae et adftringentes, ut Aegyptiae; aliae molles et humidae et dulces, ut quae caryotae appellantur; praeftantiffimae autem hae in Syria Palaeftina nafcuntur in Hierichonte. Reliquae omnes palmae inter dicta duo genera funt mediae. Difficiles autem funt concoctu, capitique dolorem inferunt; quarum aliae quidem magis, aliae minus funt humidae, ac dulces, ficcae, atque aftringentes. Verum conftitutis extremis, jam omne, quod in medio eft, facillime deprehendes. Nulla certe ex ipfis eft, quae non dulcedinem quandam et aftrictionem habeat; fiquidem caryotae exiguae aftrictionis, Thebaicae obfcurae dulcedinis funt participes. At fuccum quidem dulcem nutrire, aufterum autem gratum effe ftomacho et ventrem fiftere oftendimus. Palmae autem, fi largius fumantur, omnes concoctu funt difficiles, et capiti dolorem afferunt, quaedam autem et morfus cujusdam fenfum ori ventriculi incutiunt, quod medici ftomachum appellant. Succus autem, qui ab ipfis in corpus diftribuitur, craffus quidem omnino eft, ha-

ἔχει δέ τι καὶ γλίσχρον, ὅταν ᾖ ὁ φοῖνιξ λιπαρὸς, ὥσπερ ὁ καρυωτός. ὅταν δὲ τῷ τοιούτῳ χυμῷ γλυκύτης μιχθῇ, τάχιστα μὲν ὑπ᾽ αὐτοῦ τὸ ἧπαρ ἐμφράττεται, βλάπτεται δὲ καὶ φλεγμαῖνον καὶ σκιῤῥούμενον ἐσχάτως ὑπὸ τῆς ἐδωδῆς αὐτῶν. ἐφεξῆς δὲ τῷ ἥπατι καὶ ὁ σπλὴν ἐμφράττεται καὶ βλάπτεται. πολὺ δὲ δὴ μάλιστα βλάπτουσιν οἱ χλωροὶ φοίνικες εἰς ἅπαντα, βραχὺ πλέονες ἐδεσθέντες. εὔδηλον δ᾽, ὅτι θερμότερον μὲν ἔχουσι τὸν χυμὸν οἱ γλυκεῖς, ψυχρότερον δὲ οἱ στύφοντες. ἀλλὰ καὶ φύσης ἐμπιπλᾶσιν οἱ χλωροὶ φοίνικες, ὥσπερ καὶ τὰ σῦκα· τὴν αὐτὴν γὰρ ἀναλογίαν ἔχει τὰ σῦκα πρὸς τὰς ἰσχάδας, ἣν οἱ χλωροὶ φοίνικες πρὸς τοὺς ἄλλους. ἐν δὲ τοῖς μὴ πάνυ θερμοῖς χωρίοις οὐ πεπαίνονται τελέως οἱ φοίνικες, ὡς εἰς ἀπόθεσιν γίνεσθαι χρήσιμοι, καὶ διὰ τοῦτο χλωροὺς ἀναγκαζόμενοι δαπανᾷν αὐτοὺς ὠμῶν τε χυμῶν ἐμπίπλανται καὶ ῥίγεσι δυσεκθερμάντοις ἁλίσκονται καὶ καθ᾽ ἧπαρ ἐμφράξεις ἔχουσι.

Κεφ. κζ΄. [353] [Περὶ ἐλαιῶν.] Ὀλίγην μὲν πάνυ καὶ αὗται τροφὴν διδόασι τῷ σώματι καὶ μάλιστα αἱ δρυπε-

bet autem et lentoris quidpiam, quum palma ipfa pinguis fuerit, ficuti caryotae. Quum autem dulcedo tali fucco mixta fuerit, celerrime quidem hepar ab ipfa obftruitur, laeditur autem maxime ab ipforum efu, quando aut inflammatione, aut fcirrho obfidetur; poft hepar autem et lien obftruitur ac laeditur. Multo autem maxime palmae virides, fi paulo largius fumantur, ad omnia funt noxiae. Perfpicuum porro eft, quod dulces quidem fuccum habent calidiorem, aftringentes autem frigidiorem; quin et palmae virides, quemadmodum et ficus, flatus gignunt; nam palmae virides eandem habent ad alias palmas proportionem, quam ficus habent ad caricas. In regionibus autem non admodum calidis palmae non perfecte maturefcunt adeo, ut reponi queant; quo fit, ut, quum homines cogantur ipfis viridibus vefci, crudis fuccis impleantur, rigoribusque, qui aegre calefiant, et hepatis obftructionibus prehendantur.

Cap. XXVII. [De olivis.] Perexiguum quidem et ipfae corpori praebent alimentum, et potiffimum caducae,

τεῖς. ἐσθίουσι δὲ οἱ ἄνθρωποι ταύτας μὲν σὺν ἄρτῳ μᾶλλον, ἄνευ δὲ ἄρτου τὰς ἁλμάδας τε καὶ κολυμβάδας ὀνομαζομένας, ἕνεκα γαστρὸς ὑπαγωγῆς, μετὰ γάρου πρὸ τῶν σιτίων. ὥσπερ δὲ αἱ δρυπετεῖς πλεῖστον λιπαρὸν, οὕτως αὗται τὸν στύφοντα χυμὸν ἔχουσι. διὸ καὶ ῥωννύουσί τε τὸν στόμαχον, ἐπεγείρουσί τε τὴν ὄρεξιν. ἐπιτήδειοι δέ εἰσιν εἰς τοῦτο αἱ μετ' ὄξους ἀποτιθέμεναι. πολυειδῶς δ' αὐτὰς σκευάζουσιν οἱ τὴν ὀψαρτυτικὴν ἐμπειρίαν ἀσκήσαντες, ἧς οὐδ' αὐτῆς παντάπασιν ἀμαθῶς ἔχειν ἀξιῶ τὸν ἰατρόν· ἄμεινον γὰρ εἰς τὴν πέψιν ἐστὶ τῶν ἴσως ὑγιεινῶν τὸ ἥδιον. ἀλλ' οὐ νῦν καιρὸς οὔτε τῆς ἐμπειρίας τῆς κατὰ τὴν ὀψαρτυτικὴν θεωρίαν, οὔτε τῆς τέχνης ἐστίν· ἴδιος γὰρ λόγος ἀνάκειται αὐταῖς.

Κεφ. κη'. (328) [Περὶ καρύων.] Βασιλικά τινες ὀνομάζουσι κάρυα ταῦτα τὰ νῦν ὑπὸ πάντων ὀνομαζόμενα κάρυα· καλεῖται δὲ καὶ ἄλλα τινὰ λεπτοκάρυα, πολλῷ μικρότερα τούτων, ἃ προσαγορεύουσιν ἔνιοι Ποντικά. πολλὴ δὲ ἀμφοτέρων ἡ χρῆσίς ἐστιν, οὐ πολλὴν τροφὴν διδόντων τῷ σώματι. πλείων δ' ὅμως ἐστὶν ἐν τῷ Ποντικῷ λεγομένῳ

quas vulgo fere cum pane, fine pane autem mandunt cum garo ante alios cibos, ventris fubducendi gratia, quas *ἁλμάδας* et *κολυμβάδας* appellant. Porro quemadmodum caducae pinguedinis habent plurimum, ita hae fuccum aftringentem, proinde ftomachum roborant, et appetentiam excitant. Aptae autem ad hanc rem funt, quae cum aceto reponuntur, quas artis obfonatricis periti varie praeparant; cujus artis nolim medicum omnino effe ignarum: nam quod fuavius eft, facilius iis, quae ex aequo funt falubria, concoquitur. Verum non eft nunc dicendi locus neque de opfonatricis fpeculationis peritia, neque de arte ipfa; alius enim locus ipfis eft proprius.

Cap. XXVIII. [De nucibus.] Quidam nuces regias appellant eas, quae nunc nuces ab omnibus nominantur. Sunt et aliae quaedam, quae *λεπτοκάρυα* appellantur, praedictis multo minores, quas nonnulli ponticas feu avellanas vocitant. Multus autem ambarum eft ufus. Alimentum corpori praebent exiguum, copiofius tamen pontica nuncu-

τῆς ἐν τῷ βασιλικῷ καρύῳ· καὶ γὰρ καὶ πεπίληται μᾶλλον ἡ οὐσία αὐτοῦ καὶ ἧττον ἐλαιώδης ἐστὶν, ἡ δὲ τοῦ καρύου χαυνοτέρα ἐστὶ καὶ πλέον ἔχουσα τὸ λιπαρὸν ἐν ἑαυτῇ. μετέχει δὲ καὶ τῆς στυφούσης ποιότητος οὐκ ὀλίγον, ἥτις ἐν τῷ χρόνῳ προϊόντι μαραίνεται, μεταπιπτούσης ὅλης αὐτοῦ τῆς οὐσίας εἰς τὸν λιπαρὸν χυμὸν, ὥστε καὶ τελείως ἄβρωτον γίνεσθαι, διὰ τὸ παραπλήσιον ἐλαίῳ παλαιῷ τῇ κατ᾿ αὐτὸ λιπαρότητι φαίνεσθαι. τὸ δὲ χλωρὸν ἔτι καὶ ὑγρὸν οὔτε τῆς στυφούσης σαφῶς μετέχει ποιότητος, οὔτε τῆς ἐλαιώδους, ἀλλ᾿ ἔστιν ἄποιόν πως μᾶλλον ὅπερ ὑδατῶδες καλεῖν, ὡς ἔφην, εἰθίσμεθα. πέττεταί γε μὴν μᾶλλον τὸ κάρυον τοῦ λεπτοκαρύου καὶ μᾶλλον εὐστομαχώτερόν ἐστι, καὶ πολὺ μᾶλλον ὅταν σὺν ἰσχάσιν ἐσθίηται. γέγραπται δὲ ὑπὸ πολλῶν ἰατρῶν, ὡς, ἐὰν ἄμφω ταῦτα πρὸ τῶν ἄλλων σιτίων λαμβάνωνται μετὰ πηγάνου, μηδὲν ὑπὸ τῶν θανασίμων φαρμάκων μέγα βλαβήσεσθαι τὸν ἄνθρωπον. εὔδηλον δ᾿, ὅτι καὶ τὸ μὲν ὑγρὸν πρὸς διαχώρησιν ἔτι ἐπιτήδειόν ἐστι, τὸ δὲ ξηρὸν ἧττον ἐπιτήδειον. οὐκ ὀλίγοι δὲ καὶ μετὰ γάρου προσλαμβάνουσιν αὐ-

pata, quam nux regia, quod ipfius fubftantia fit coactior ac minus oleofa, regiae autem laxior eft, continetque in fe ipfa plus pinguitudinis. Habet tamen et aftringentis qualitatis non exiguum, quae tandem procedente tempore marcefcit, tota ipfius fubftantia in fuccum pinguem transmutata, adeo ut cibo prorfus fit inepta, quod fua pinguitudine oleo veteri affimilis appareat. Caeterum quae viridis adhuc eft ac humida, neque aftringentis qualitatis, neque oleofae confpicue eft particeps, fed magis quodammodo eft qualitatis expers, quod faporis genus aqueum (ut dixi) vocare confuevimus. Coquitur tamen haec nux facilius quam pontica, ftomachoque eft gratior, et multo magis quando cum caricis manditur. Traditum autem a plerisque medicis eft, hominem a pharmacis lethalibus nihil magnopere laefum iri, fi utrasque has ante alios cibos cum ruta fumpferit. Liquet praeterea quod humida quidem apta ad dejectionem eft, ficca vero minus. Plerique autem ventris fubducendi gratia

τὸ γαστρὸς ὑπαγωγῆς ἕνεκεν. εἰς τοῦτο δ᾽ ἐπιτήδειόν ἐστι τὸ χλωρὸν, ὡς ἧττον τῆς στυφούσης μετέχον ποιότητος. ἀλλὰ καὶ τῶν ἤδη ξηρῶν προαποβρεχομένων ἐν ὕδατι, καθάπερ ἔνιοι ποιοῦσιν, ἡ δύναμις παραπλησία τοῖς χλωροῖς ἐστι.

Κεφ. κθ'. [Περὶ ἀμυγδάλων.] Οὐδ᾽ ὅλως μετέχει ταῦτα τῆς στυφούσης ποιότητος, ἐπικρατεῖ γὰρ ἐν αὐτοῖς ἡ λεπτυντική τε καὶ ῥυπτικὴ μόνη, δι᾽ ἣν ἐκκαθαίρει τὰ σπλάγχνα καὶ τὰς ἐκ πνεύμονός τε καὶ θώρακος ἀναπτύσεις τῶν ὑγρῶν ἐργάζεται. τινὰ δ᾽ αὐτῶν οὕτως ἐπικρατοῦσαν ἔχει τὴν τμητικὴν τῶν παχέων τε καὶ [354] γλίσχρων ὑγρῶν δύναμιν, ὡς μηδὲ βρωθῆναι δύνασθαι διὰ πικρότητα. τῆς γε μὴν ἐλαιώδους τε καὶ λιπαρᾶς μετέχει ποιότητος, ὥσπερ καὶ τὰ κάρυα, δι᾽ ἣν καὶ αὐτὰ τοῦ χρόνου προϊόντος ἐλαιηρὰ γίνεται, καθάπερ ἐκεῖνα. βραχυτέρα δ᾽ αὐτοῖς ἐστιν ἡ ποιότης ἥδε τῆς ἐν τοῖς καρύοις, διὸ καὶ μετὰ χρόνον πλείονα τῶν καρύων ἐλαιηρὰ φαίνεται γινόμενα. δῆλον οὖν ἐκ τούτων ἐστὶν, ὡς οὔτε πρὸς ὑπαγωγὴν γαστρὸς ὑπάρχει χρήσιμα, τροφήν τε τῷ σώματι δίδωσιν ὀλίγην. ὅσα δ᾽ ἐπικρατοῦσαν ἱκανὴν ἔχει

cum garo etiam ipſam praeſumunt, in quem uſum viridis eſt accommodatior, ut quae aſtringentis qualitatis minus ſit particeps. Quin et ſiccarum quoque, ſi prius (quod nonnulli faciunt) in aqua fuerint maceratae, facultas viridibus eſt aſſimilis.

Cap. XXIX. [De amygdalis.] Amygdalae nihil prorſus habent facultatis aſtringentis, ſola enim tenuandi facultas ac detergendi in eis praepollet, qua tum viſcera purgant, tum humores e pulmonibus ac thorace ſputis expectorant; quaedam autem ipſarum facultatem habent ſuccos craſſos ac lentos incidendi adeo exuperantem, ut mandi prae amarore nequeant; oleoſae tamen ac pinguis qualitatis, ut nuces, ſunt participes; cujus cauſa et ipſae procedente tempore fiunt, ut illae, oleoſae; minor tamen eis ineſt haec qualitas, quam in nucibus, quo ſit, ut tardius, quam nuces, oleoſae fieri cernantur. Ex his ſane intelligi poteſt, quod neque ventri ſubducendo conferunt, neque corpus multum nutriunt. Quae vero qualitatem amaram habent

Ed. Chart. VI. [354.] Ed. Baf. IV. (328.)

τὴν πικρὰν ποιότητα, πρὸς τὰς ἐκ θώρακός τε καὶ πνεύμονος ἀναπτύσεις πύου τε καὶ τῶν παχέων καὶ γλίσχρων χυμῶν ἐστι χρησιμώτατα. τῶν δὲ μηδεμίαν μὲν τέχνην ἠσκηκότων τῷ βίῳ χρήσιμον, Ἀττικίζοντας δὲ καλούντων ἑαυτοὺς, ἔνιοι μὲν ἀμυγδάλας θηλυκῶς ἀξιοῦσι λέγεσθαι τὸν καρπὸν τοῦτον, ἔνιοι δὲ οὐδετέρως ἀμύγδαλα, μηδ' αὐτὸ τοῦτο γινώσκοντες, ὃ σπουδάζουσιν, ὡς ἄμφω τὰ ὀνόματα παρὰ τοῖς Ἀττικοῖς ἀνδράσι γέγραπται.

Κεφ. λ'. [Περὶ πιστακίων.] Γεννᾶται μὲν κατὰ τὴν μεγάλην Ἀλεξάνδρειαν ταῦτα, πολὺ πλείω δ' ἐν Βεῤῥοίᾳ τῆς Συρίας, τροφὴν μὲν ὀλίγην ἔχοντα, χρήσιμα δὲ εἰς ἥπατος εὐρωστίαν ἅμα καὶ κάθαρσιν τῶν ἐμπεφραγμένων κατὰ τὰς διεξόδους αὐτοῦ χυμῶν, μετέχει γὰρ ὑποπίκρου καὶ ὑποστυφούσης ποιότητος ἀρωματιζούσης. ἴσμεν δὲ καὶ ἄλλα πολλὰ τῶν τοιούτων ἥπατι χρησιμώτατα, καθάπερ ἐν τῇ τῶν ἁπλῶν φαρμάκων ἐδείχθη πραγματείᾳ. στομάχῳ δὲ οὔτε ὠφέλειαν οὔτε βλάβην ἀξιόλογον ἐξ αὐτῶν ἔχω μαρτυρεῖν, ὥσπερ οὐδὲ ὑπαγωγὴν γαστρὸς ἢ στάσιν.

praepollentem, eae ad pus et fuccos craffos ac lentos ex thorace et pulmonibus expuendos plurimum conferunt. Eorum vero, qui nullam artem ad vitam utilem excoluerunt, fed fe ipfos appellant Atticos, alii fructum hunc genere foeminino amygdalas enunciari oportere contendunt, alii neutro amygdala, ne id ipfum quidem, de quo tantopere contendunt, intelligentes, utroque nomine apud viros Atticos fcriptum effe.

Cap. XXX. [De piftaciis.] Haec quidem ad magnam Alexandriam proveniunt, fed multo uberiora in Berrhoea, urbe Syriae, parum quidem nutrientia, verum ad hepar roborandum et fuccos in ipfius viis infarctos purgandos utilia; qualitatem enim habent aromaticam, fubamaram et fubaftringentem. Scio autem et alia hujuscemodi pleraque hepati effe utiliffima, quemadmodum in opere de fimplicibus medicamentis eft demonftratum. Porro non aufim affirmare, ullam ex ipfis ftomacho accedere utilitatem, aut laefionem infignem, quemadmodum neque quod alvum dejiciant aut fiftant.

Κεφ. λα΄. [*Περὶ κοκκυμήλων.*] Σπανίως ἂν εὕροις αὐστηρὸν ἢ ὀξὺν ἢ ὅλως τινὰ ἀηδίαν ἔχοντα τὸν καρπὸν τοῦτον, ὅταν ἀκριβῶς πεπανθῇ· πρὶν γὰρ ἐς τοῦτ᾽ ἀφικέσθαι, σχεδὸν ἅπαντες οἳ μὲν ὀξύτητος, οἳ δὲ στρυφνότητος, ἔνιοι δὲ καὶ πικρότητος ἐμφαίνουσι. τροφὴν μὲν οὖν ἐλαχίστην ἐκ τοῦ καρποῦ τούτου τὸ σῶμα λαμβάνει, χρήσιμος δέ ἐστι τοῖς ὑγρᾶναί τε καὶ ψύξαι τὰ μέτρια τὴν γαστέρα προαιρουμένοις. ὑπάγει δ᾽ αὐτὴν καὶ ταῦτα διά τε τὴν ὑγρότητα καὶ γλισχρότητα, καθάπερ καὶ ἄλλα τινὰ τῶν προειρημένων. ὑπάρχει δ᾽ αὐτοῖς καὶ ξηρανθεῖσιν εἶναι χρησίμοις, ὥσπερ καὶ τοῖς σύκοις, καὶ δόξαν ἔχει πολλὴν ἄριστα τῶν ἄλλων εἶναι τὰ κατὰ Συρίαν ἐν Δαμασκῷ γινόμενα, δεύτερα δ᾽ ἐπὶ τούτοις τὰ κατὰ τὴν Ἰβηρίαν τε καὶ Ἱσπανίαν ὀνομαζομένην. ἀλλὰ ταῦτα μὲν οὐκ ἐμφαίνει τινὸς στύψεως, τὰ Δαμασκηνὰ δὲ καὶ πάνυ πολλῆς ἔνια. κάλλιστα δ᾽ αὐτῶν εἰσιν, ὅσα μετρίως στύφοντα μεγάλα τε καὶ χαῦνα· τὰ δὲ σμικρὰ καὶ σκληρὰ καὶ στρυφνὰ μοχθηρὰ πρός τε τὴν ἐδωδήν ἐστι καὶ πρὸς τὴν

Cap. XXXI. [De prunis.] Raro invenias hunc fructum aufterum, aut acidum, aut in fumma infuavitatem aliquam habere, quum maturus exacte fuerit; prius enim quam pruna eo maturitatis pervenerint, omnia propemodum aut acorem, aut acerbitatem, aut amarorem repraefentant. Corpori itaque ex hoc fructu minimum alimenti accedit, utilis tamen eft iis, quibus propofitum eft ventrem mediocriter humectare ac refrigerare; ipfum autem non aliter, quam praedictorum quaedam, fubducit tum humiditate fua, tum lentore. Siccatus vero et ipfe poteft effe ufui, quemadmodum et ficus. Fama eft, ea pruna omnium effe praeftantiffima, quae in Damasco urbe Syriae nafcuntur, fecunda autem poft illa effe, quae in ea regione, quam Iberiam ac Hifpaniam nominant, proveniunt; verum haec quidem nihil aftrictionis prae fe ferunt, nonnulla vero Damascenorum vel plurimum. Optima autem inter ipfa funt, quae cum mediocri aftrictione magna funt et laxa; quae autem exigua funt et dura et acerba, prava funt, tum fi

τῆς γαστρὸς ὑπαγωγὴν, ἥτις ἀκολουθεῖ μάλιστα τοῖς ἀπὸ τῆς Ἰβηρίας. ἑψόμενα δ' ἐν μελικράτῳ, πλέον ἔχοντι μέλιτος, ἱκανῶς λαπάττει τὴν γαστέρα, κἂν μόνα τις αὐτὰ φάγῃ, καὶ πολὺ μᾶλλον, ἐὰν ἐπιῤῥοφήσῃ τοῦ μελικράτου. πρόδηλον δὲ, ὅτι συντελεῖ γαστρὸς ὑπαγωγῇ μετὰ τὴν προσφορὰν αὐτῶν ἐπιπίνειν τι γλυκέος οἴνου καὶ διαλιπεῖν τινα χρόνον, οὐδ' εὐθέως ἀριστᾷν ἐπ' αὐτοῖς. ἀλλὰ καὶ τοῦτο [355] κοινὸν ἁπάντων, ὅσα λαπάττει γαστέρα, μνημονευέσθω σοι, καθάπερ τἄλλα, ὅσα κοινὰ πλειόνων εἰδῶν ἐστι, μὴ δεομένῳ πολλάκις ἀκούειν περὶ αὐτῶν.

Κεφ. λβ'. [Περὶ τῶν καλουμένων σηρικῶν.] Οὐδὲ τούτοις ἔχω τι μαρτυρῆσαι πρὸς ὑγείας φυλακὴν ἢ νόσων ἴασιν· ἔδεσμα γάρ ἐστι γυναικῶν τε καὶ παιδίων ἀκρατούντων, ὀλιγότροφόν τε καὶ δύσπεπτον ὑπάρχον ἅμα τῷ μηδ' εὐστόμαχον εἶναι. τροφὴν δηλονότι καὶ αὐτὰ δίδωσιν ὀλίγην τῷ σώματι.

efum fpectes, tum fi alvi dejectionem, quae maxime fequitur ea, quae ex Iberia afferuntur. Cocta autem in melicrato, in quo plusculum fit mellis, alvum admodum dejiciunt, etiamfi quis fola ipfa fumpferit, et multo magis, fi poft ipfa melicratum forpferit. Perfpicuum autem eft, quod ad alvum dejiciendam confert poft fumpta ipfa vinum dulce adhibere, temporisque aliquid interponere, non autem ftatim poft prandere. Atque etiam id omnibus, quae alvum dejiciunt, commune memoria eft tenendum, quemadmodum et alia, quae pluribus fpeciebus funt communia, ne de iisdem faepe audire poftules.

Cap. XXXII. [De fericis feu jujubis appellatis.] Ne haec quidem aufim affirmare quicquam ad fanitatis tutelam aut morborum profligationem pertinere; mulierum enim atque infantium intemperantium eft edulium, quod exigui eft alimenti ac concoctu difficile; et praeterquam quod ftomachum non juvat, parum etiam alimenti corpori exhibet.

Κεφ. λγ'. [Περὶ κερατίων.] Τὰ κεράτια, διὰ τοῦ τ γράμματος λεγομένης τε καὶ γραφομένης τῆς τρίτης συλλαβῆς, οὐδὲν ἔοικε τοῖς διὰ τοῦ σίγμα κερασίοις, ἔστι δὲ ἔδεσμα κακόχυμόν τε καὶ ξυλῶδες, ἐξ ἀνάγκης δὲ καὶ δύσπεπτον· οὐδὲν γὰρ ξυλῶδες εὔπεπτον. ἀλλὰ καὶ τῷ μὴ διαχωρεῖσθαι ταχέως οὐ σμικρὸν αὐτοῖς ὑπάρχει κακόν. ὥστ' ἄμεινον ἦν αὐτὰ μηδὲ κομίζεσθαι πρὸς ἡμᾶς ἐκ τῶν ἀνατολικῶν χωρίων, ἐν οἷς γεννᾶται.

Κεφ. λδ'. [Περὶ καππάρεως.] Θαμνῶδές ἐστι φυτὸν ἡ κάππαρις, ἐν Κύπρῳ πλείστη φυομένη. δύναμις δ' αὐτῆς ἐστι λεπτομερὴς ἱκανῶς, καὶ διὰ (329) τοῦτο τροφὴν ἐλαχίστην ἀναδίδωσιν εἰς τὸ τῶν ἐσθιόντων αὐτὴν σῶμα, καθάπερ καὶ τἄλλα πάντα, ὅσα λεπτομερῆ. χρώμεθα δὲ ὡς φαρμάκῳ μᾶλλον ἢ ὡς τροφῇ τῷ τοῦ φυτοῦ καρπῷ. κομίζεται δὲ πρὸς ἡμᾶς ἁλσὶ διαπασθεῖσα διὰ τὸ σήπεσθαι μόνη ἀποτιθεμένη. εὔδηλον οὖν, ὅτι χλωρὰ μὲν ἔτι, πρὶν ταριχευθῆναι, πλέον ἔχει τροφῆς· ἐκ δὲ τῆς ταριχείας ἀπόλλυσι πάμπολυ

Cap. XXXIII. [De ceratiis.] Ceratia, quorum tertia fyllaba per litteram t et fcribitur et pronunciatur, nihil habent cum cerafiis per s fcriptis fimilitudinis. Eft autem pravi fucci edulium ac lignofum; quam rem neceffario fequitur, ut concoctu fit difficile; nihil enim, quod lignofum eft, facile coquitur. Quin etiam incommodum id ipfis ineft haudquaquam afpernandum, quod non celeriter dejiciantur. Proinde fatius effet a regionibus orientalibus, in quibus nafcitur, ad nos non advehi.

Cap. XXXIV. [De cappare.] Capparis planta eft fruticofa, plurima in Cypro proveniens. Facultas autem ipfi ineft tenuium admodum partium; quo fit, ut, quemadmodum et alia omnia, quae tenuium funt partium, minimum alimenti in corpus eorum, qui ipfa vefcuntur, diftribuat. Utimur autem fructu hujus plantae magis ut medicamento, quam ut alimento. Sale etiam confperfus ad nos defertur, propterea quod putrefcit, fi folus reponatur. Perfpicuum fane eft, quod capparis adhuc viridis quidem, priusquam faliatur, plus habet alimenti, ex falitura autem amittit quam-

καὶ γίνεται χωρὶς μὲν τοῦ τοὺς ἅλας ἀποπλυθῆναι παντάπασιν ἄτροφος, ὑπακτικὴ δὲ τῆς γαστρός· ἀποπλυθεῖσα δὲ καὶ διαβραχεῖσα μέχρι τοῦ τελέως ἀποθέσθαι τὴν ἐκ τῶν ἁλῶν δύναμιν, ὡς ἔδεσμα μὲν ὀλιγοτροφώτατόν ἐστιν, ὡς ὄψον δὲ καὶ φάρμακον ἐπιτήδειον ἐπεγεῖραι καταπεπτωκυῖαν ὄρεξιν, ἀποῤῥύψαι τε καὶ ὑπαγαγεῖν τὸ κατὰ τὴν γαστέρα φλέγμα καὶ τὰς κατὰ σπλῆνα καὶ ἧπαρ ἐμφράξεις ἐκκαθᾶραι. χρῆσθαι δὲ πρὸς ταῦτα προσήκει δι᾽ ὀξυμέλιτος ἢ ὀξελαίου πρὸ τῶν ἄλλων σιτίων ἁπάντων. τοὺς δ᾽ ἁπαλοὺς ἀκρέμονας καὶ τούτου τοῦ φυτοῦ παραπλησίως ἐσθίουσι τοῖς τῆς τερμίνθου, καὶ χλωροὺς ἔτι συντιθέντες, ὡς ἐκείνους, ἐν ὀξάλμῃ τε καὶ ὄξει.

Κεφ. λε΄. [Περὶ συκομόρων.] Ἐν Ἀλεξανδρείᾳ τὸ τοῦ συκομόρου φυτὸν εἶδον ἅμα τῷ καρπῷ, παραπλησίῳ σύκῳ μικρῷ λευκῷ. δριμύτητα [356] δὲ οὐδεμίαν ὁ καρπὸς οὗτος ἔχει, βραχείας μετέχων γλυκύτητος, ὑγρότερός πως καὶ ψυκτικώτερος ὢν κατὰ τὴν δύναμιν, ὥσπερ τὰ μόρα· μᾶλλον δὲ ἐν τῷ μεταξὺ μόρων τε καὶ σύκων αὐτὸν εἰκότως ἄν τις θείη.

plurimum; omnique alimento, nifi fal eluatur, prorfus quidem deftituitur, alvum tamen fubducit; quod fi abluatur et, quoad facultatem omnem ex fale depofuerit, maceretur, minimi quidem alimenti fiet edulium, erit tamen ceu opfonium ac medicamentum ad appetentiam, quae collapfa fuerit, excitandam accommodatum; praeterea ad pituitam, quae in ventre habetur, detergendam ac fubducendam, expurgandasque lienis et hepatis obftructiones; uti autem ad eas res oportet ante alios omnes cibos ex oxymelite vel oxelaeo. Hujus etiam plantae teneros furculos non aliter, quam terebinthi, mandunt, virides adhuc, ut hujus, in aceto fimul et muria aut aceto folo condentes.

Cap. XXXV. [De fycomoris.] Plantam fycomori vidi in Alexandria una cum fructu, parvae ficui albae affimilem. Is fructus nullam habet acrimoniam, exiguae tamen dulcedinis eft particeps, eftque facultate, ut mora, humidior quodammodo ac frigidior. Quin potius in medio mororum ac ficuum jure quis ipfum collocarit, indeque no-

καί μοι δοκεῖ τοὔνομα ἐντεῦθεν αὐτῷ κεῖσθαι. γελοῖοι γὰρ, ὅσοι διὰ τοῦτό φασιν ὠνομάσθαι τὸν καρπὸν τοῦτον συκόμορα, διότι σύκοις ἐοίκασι καὶ μόροις. ἡ γένεσις δ᾽ αὐτοῦ διαφορωτέρα πώς ἐστι παρὰ τοὺς ἄλλους καρποὺς τῶν δένδρων· οὐδὲ γὰρ ἐκ τῶν ἀκρεμόνων καὶ βλαστημάτων, ἀλλ᾽ ἐξ αὐτῶν τῶν κλάδων καὶ τῶν πρέμνων ἐκφύεται.

Κεφ. λστ΄. [Περὶ περσίου.] Εἶδον καὶ τοῦτο τὸ φυτὸν ἐν Ἀλεξανδρείᾳ, τῶν μεγάλων ὂν καὶ αὐτὸ δένδρων. ἱστοροῦσι δὲ τὸν καρπὸν αὐτοῦ μοχθηρὸν οὕτως ὑπάρχειν ἐν Πέρσαις, ὡς ἀναιρεῖν τοὺς φαγόντας, εἰς Αἴγυπτον δὲ κομισθέντα ἐδώδιμόν τε γενέσθαι παραπλησίως ἐσθιόμενον ἀπίοις τε καὶ μήλοις, ὧν καὶ κατὰ τὸ μέγεθός ἐστι.

Κεφ. λζ΄. [Περὶ κιτρίου.] Καὶ τοῦτο τὸ Μηδικὸν ὀνομάζουσι μῆλον οἱ μηδένα νοεῖν ἃ φθέγγονται προῃρημένοι, καίτοι τήν γε σαφήνειαν ἐν ταῖς ἀρεταῖς τοῦ λόγου τιθέμενοι. βέλτιον δ᾽ ἦν τοῦ τὰ τοιαῦτα περιεργάζεσθαι, τίνα δύναμιν ἔχειν τὰ μόρια τοῦ κιτρίου, καὶ τί χρήσιμον ἐξ αὐτοῦ

men ipfi arbitror effe pofitum; ridiculi enim funt, qui fructum hunc ob id aiunt fycomora fuiffe nominatum, quod moris et ficubus fit affimilis. Ipfius autem generatio ab aliis arborum fructibus magis quodammodo eft diverfa; non enim ex furculis ac germinibus, fed ex ipfis ramis ac ftipitibus enafcitur.

Cap. XXXVI. [De perfio.] Hanc etiam plantam vidi in Alexandria, ex magnisque et ipfa eft arboribus. Narrant autem, fructum hujus apud Perfas adeo effe noxium, ut, qui ipfum comederint, eos interimat: qui tamen, fi in Aegyptum transferatur, fit efculentus, manditurque non aliter, quam pira et mala, quibus etiam magnitudine convenit.

Cap. XXXVII. [De citrio.] Id quoque malum Medicum appellant, qui id agunt, ut quae loquuntur nemo intelligat, quamvis inter virtutes orationis perfpicuitatem numerent. Satius autem fuiffet, quamnam partes citrii habeant facultatem, et quodnam commodum ex ipfo homini-

τοῖς ἀνθρώποις ἐστὶν, ἐξητηκέναι. τοῦτο οὖν ἐγὼ πράξω, τρία μὲν εἶναι εἰπὼν τοῦ καρποῦ τούτου τὰ μόρια, τό τε ὀξὺ κατὰ τὸ μέσον αὐτοῦ καὶ τὸ πέριξ τούτου τὴν οἷον σάρκα αὐτοῦ τοῦ καρποῦ καὶ τρίτον ἐπ' αὐτοῖς τὸ περικείμενον σκέπασμα ἔξωθεν. τοῦτο μὲν εὐῶδές τέ ἐστι καὶ ἀρωματίζον, οὐ κατὰ τὴν ὀσμὴν μόνον, ἀλλὰ καὶ κατὰ τὴν γεῦσιν. εἰκότως οὖν δύσπεπτόν ἐστιν, ὡς ἂν σκληρόν τε καὶ τετυλωμένον. εἰ δ' ὡς φαρμάκῳ τις αὐτῷ χρῷτο, συντελεῖ τι πρὸς πέψιν, ὥσπερ καὶ ἄλλα πολλὰ τῶν δριμεῖαν ἐχόντων τὴν ποιότητα. τῷ δ' αὐτῷ λόγῳ καὶ στόμαχον ῥώννυσιν ὀλίγον ληφθὲν, ὥστε καὶ κόπτοντες αὐτὸ καὶ τὸν χυλὸν ἐκθλίβοντες εἰώθασι μιγνύναι τοῖς καταποτίοις φαρμάκοις, ὅσα λαπακτικὰ γαστρός ἐστιν, ἢ καθαρτικὰ τοῦ σώματος ὅλου. τῷ δ' ὀξεῖ καὶ ἀβρώτῳ μέρει τοῦ καρποῦ, καθ' ὃ καὶ τὸ σπέρμα περιέχεται, πρὸς ἄλλα τινὰ χρῶνται καὶ πολλάκις εἰς ὄξος ἐμβάλλουσιν ἀμβλὺ χάριν τοῦ δριμύτερον ἐργάσασθαι. τὸ μέσον δ' ἀμφοῖν, ὃ δὴ καὶ τροφὴν τῷ σώματι δίδωσιν, οὔτ' ὀξεῖαν, οὔτε δριμεῖαν

bus accedat, investigasse, quam anxie hujuscemodi inquirere. Id igitur ego moliar, dicamque, hujus fructus tres esse partes, acidam, quae in medio ipsius sita est, tum autem fructus ipsius velut carnem, quae medium ipsum ambit, et tertiam, quae est tegumentum extrinsecus circumdatum, quod suaveolens est et aromaticum, non odore modo, verum etiam gustu. Jure igitur concoctu est difficile, ut quod durum est ac callosum. Quod si quis ipso, ut medicamento, utatur, coctioni nonnihil conferet, quo modo et alia omnia, quae acrem habent qualitatem. Eadem autem ratione, si sumptum parce fuerit, stomacho robur inducit; proinde ipsum comminuentes, succumque exprimentes, solent medicamentis immiscere, quae per os sumuntur, quaeque ventrem dejiciunt, aut totum corpus purgant. Parte autem fructus acida et non esculenta, qua semen continetur, quum ad alia quaedam utuntur, tum saepe in acetum imbecillum conjiciunt, quo ipsum reddant acrius. Pars autem inter duas jam dictas media, quae sane corpus etiam nutrit, quaeque neque acidam, neque acrem habet qualitatem, propter

ἔχον ποιότητα, δύσπεπτόν ἐστι διὰ σκληρότητα. διὸ καὶ μετ' ὄξους καὶ γάρου προσφέρονται πάντες αὐτὸ τὴν ἀμβλύτητα τῆς γεύσεως ἐπεγεῖραι βουλόμενοι. τάχα δ', ὅτι καὶ πέττεται μᾶλλον οὕτω βρωθὲν, ἐπίστανται, τῇ πείρᾳ διδαχθέντες ἢ παρὰ ἰατρῶν ἀκούσαντες.

Κεφ. λη'. [Περὶ τῶν ἐν τοῖς ἀγρίοις φυτοῖς καρπῶν, ἐν οἷς εἰσι καὶ αἱ ἀπὸ τῶν δρυῶν βάλανοι.] Ἄγρια καλεῖν εἰώθασιν πάντες ἄνθρωποι φυτὰ τὰ κατὰ τὴν χώραν φυόμενα, χωρὶς ἐπιμελείας γεωρ[357]γικῆς ἀμέλει, καὶ ἀμπέλους ἀγρίας ὀνομάζουσιν, ὧν οὐδεὶς ἀμπελουργὸς προνοεῖται περισκάπτων ἢ περισκάλλων ἢ βλαστολογῶν ἤ τι τοιοῦτον διαπραττόμενος. ἐκ τούτων τῶν φυτῶν ἐστι καὶ φηγὸς καὶ δρῦς καὶ πρίνος καὶ κρανία καὶ κόμαρος, ἕτερά τε δένδρα τοιαῦτα, καθάπερ γε καὶ θάμνοι τινὲς, οἷον ὅ τε τῆς βάτου καὶ τῆς κυνοσβάτου, καὶ ὁ τῆς ἀχέρδου τε καὶ ἀχράδος, ὅ τε τῶν ἀγριοκοκκυμήλων, ἃ προῦμνα παρ' ἡμῖν καλοῦσι, καὶ ὁ τοῦ τὰς ἐπιμηλίδας φέροντος. καλεῖται δὲ κατὰ τὴν Ἰταλίαν οὐνέδων ὁ καρπὸς τοῦ θάμνου τούτου, κακοστόμαχός τε καὶ κεφαλαλ-

duritiem concoctu eſt difficilis. Ob eam cauſam omnes ipſam mandunt cum aceto et garo, ut ſaporis hebetudinem acuant, fortaſſe autem quod experientia didicerint, aut a medicis acceperint, ipſam coqui facilius, ſi manſa eo modo fuerit.

Cap. XXXVIII. [De fructibus plantarum agreſtium, inter quos ſunt quercuum glandes.] Omnibus hominibus mos eſt eas plantas vocare agreſtes, quae ſine ulla agricolae induſtria in agro proveniunt, ſiquidem et vites appellant agreſtes, quas nullus vinitor procurat, ipſas ablaqueans, aut circumfodiens, aut pullulantia germina extirpans, aut ejusmodi aliquid perficiens; ex quo plantarum genere eſt fagus, quercus, ilex, cornus, comarus, et aliae id genus arbores, quemadmodum et frutices quidam, ut rubus, canirubus, acherdus, pirus et prunus ſylveſtris, quam προῦμνον apud nos appellant, et qui frutex ἐπιμηλίδας fert. Appellatur autem is fructus in Italia unedo, ſtomachoque nocet, et ca-

γῆς ὑπάρχων καὶ στρυφνὸς ἱκανῶς μετά τινος βραχείας γλυκύτητος. τὰ μὲν οὖν κράνα καὶ τὰ βάτινα καὶ τὰς βαλάνους καὶ τὰ μιμαίκυλα, (καλεῖται δὲ οὕτως ὁ τοῦ κομάρου καρπὸς,) ἐσθίουσι συνήθως οἱ κατὰ τοὺς ἀγροὺς, τοὺς δὲ τῶν ἄλλων δένδρων τε καὶ θάμνων οὐ πάνυ τι. λιμοῦ μὴν κατασχόντος ποτὲ τὴν ἡμετέραν χώραν, εὐφορίας δὲ γενομένης τῶν τε βαλάνων καὶ τῶν μεσπίλων, ἐν σειροῖς αὐτὰ οἱ ἄγροικοι θησαυρίσαντες ἀντὶ τῶν σιτηρῶν ἐδεσμάτων ἔσχον ἔν τε τῷ χειμῶνι παντὶ καὶ τοῖς πρώτοις τοῦ ἦρος. ἔμπροσθεν δὲ βορὰ συῶν ἦσαν αἱ τοιαῦται βάλανοι, ἀλλὰ τότε ἀποτρεπόμενοι τοῦ διαθρέψαι τούτους ἐν τῷ χειμῶνι, καθάπερ ἔμπροσθεν εἰώθεσαν, ἐν ἀρχῇ μὲν τούτους σφάξαντες, ἐχρήσαντο τούτοις εἰς ἐδωδὴν, ὕστερον δὲ τοὺς σειροὺς ἀνοίξαντες, ἤσθιον τὰς βαλάνους, παρασκευάζοντες ἐπιτηδείους εἰς βρῶσιν ἄλλοτε ἄλλως. ἐν ὕδατι γὰρ ἧψον ἐνίοτε, καὶ κατὰ τὴν θερμὴν σποδιὰν ἐγκρύβοντες ὤπτουν συμμέτρως. αὖθις δ᾽ ἄν ποτε καταπλάσαντες, ἔτνος ἐξ αὐτῶν ἐποίουν, ἐνίοτε μὲν ὕδατι μόνῳ δεύοντες, ἐπεμβάλλοντες δέ τι τῶν ἡδυσμάτων, ἐνίοτε δὲ

piti dolorem affert, acerbusque eft admodum cum exigua quadam dulcedine. Cornis quidem, et canirubi fructu, et glandibus, et *μιμαικύλοις* (fic autem comari fructus appellatur) ruftici paffim vefcuntur, reliquarum vero arborum aut fruticum fructibus non admodum utuntur. Quum tamen fames regionem noftram aliquando invafiffet, effetque magnus glandium ac mefpilorum proventus, ruftici in foffis ipfa condentes, hyeme tota et vere primo pro frumentaceis eduliis funt ufi. Prius autem glandes hujuscemodi fuibus erant pabulum, tunc vero, quum eos hyeme nutrire, ut ante confueverant, non poffent, initio quidem mactantes, ipfis in cibum funt ufi, poft autem apertis foffis, glandibus vefci coeperunt, varie ipfas ad efum comparantes; interdum enim in aqua elixabant, et in calidis cineribus celantes mediocriter affabant; poft autem nonnunquam imminuentes, pulmentarium ex ipfis conficiebant, alias aqua fola confpergentes, fed condimentum aliquod immit-

καὶ μέλιτος ἐπιχέοντες, ἢ μετὰ γάλακτος ἕψοντες. ἡ δ' ἀπ' αὐτῶν τροφὴ δαψιλής ἐστιν οὐδὲν ὁμοίως τοῖς εἰρημένοις ἄχρι δεῦρο τοῦ λόγου κατὰ τόδε τὸ γράμμα. πολλοῖς γὰρ τῶν σιτηρῶν ἐδεσμάτων ὁμοίως τρέφουσιν αἱ βάλανοι, καὶ τό γε παλαιὸν, ὥς φασιν, ἀπὸ τούτων μόνον διέζων οἱ ἄνθρωποι, Ἀρκάδες δὲ καὶ μέχρι πολλοῦ χρόνου, τῶν ἄλλων ἁπάντων Ἑλλήνων τοῖς Δημητρίοις καρποῖς χρωμένων. ἔστι δὲ βραδύπορος ἡ ἀπ' αὐτῶν τροφὴ καὶ παχύχυμος, οἷς ἀκόλουθόν ἐστι καὶ δύσπεπτον ὑπάρχειν αὐτήν. εἰς ἅπαντα δὲ χείρων ἐστὶν ἡ μιμαίκυλος τῆς ἀπὸ τῶν δρυῶν βαλάνου, καθάπερ αὕτη τῆς τῶν κασταναῶν ὀνομαζομένων· ἄρισται γὰρ ἐκεῖναι τῶν βαλάνων εἰσὶν, ἔνιοι δὲ λοπίμους αὐτὰς ὀνομάζουσιν. οὗτοι καὶ μόνοι (330) τῶν ἀγρίων καρπῶν ἀξιόλογον τροφὴν διδόασι τῷ σώματι. κράνια γὰρ καὶ πρῖνα καὶ βάτινα καὶ κυνόσβατα καὶ βράβυλα καὶ μιμαίκυλα καὶ ζίζυφα καὶ διόσπυρα καὶ ἁλικάκαβα, καὶ ὁ τῆς τερεμίνθου καὶ ὁ τῆς ἀχέρδου καρπὸς, ὅσα τ' ἄλλα τοιαῦτα, βραχὺ μέν τι τρόφιμον ἔχει,

tentes, alias mel affundentes, aut lacti incoquentes. Ab his autem copiofum eft nutrimentum, neque quicquam eft eorum, quae hactenus hoc fecundo libro expofui, ei fimile, quandoquidem glandes aeque nutriunt, ac frumentaceorum eduliorum pleraque. Atque olim quidem (ut aiunt) homines ex ipfis duntaxat vivebant; Arcades autem, quum reliqui Graeci fructibus Cerealibus uterentur, eas diu in cibo retinuerunt. Alimentum autem, quod ex glandibus corpori accidit, tardi eft tranfitus ac craffi fucci; quare confequitur, ut ipfae concoctu fint difficiles. Caeterum mimaecylus glande querna ad omnia eft deterior, quemadmodum haec glande caftanearum, quas vocant; omnium enim glandium hae funt praeftantiffimae. Sunt qui hos fructus λοπίμους appellent. Hi namque inter fructus agreftes et foli alimentum corpori dant alicujus momenti; corna enim, et iligna glans, et rubi et canirubi fructus, brabyla, mimaecyla, zizypha, diofpyra, halicacaba, terebinthi et acherdi fructus, et quae ejusdem funt generis, exiguum quidem habent

κακόχυμα δὲ πάντ᾽ ἐστὶ καί τινά γ᾽ αὐτῶν καὶ κακοστόμαχα καὶ ἀηδῆ, συῶν ὄντα βρώματα, καὶ τούτων οὐχ ἡμέρων, ἀλλ᾽ ἐν τοῖς ὄρεσι διαιτωμένων· ἀπ᾽ αὐτῶν οὖν ἐκεῖνοι πλείστην ἔχουσι τροφήν.

Κεφ. λθ'. [Περὶ τῆς δι᾽ αὐτῶν τῶν φυτῶν τροφῆς.] Οὐ μόνον σπέρματα καὶ καρποὺς τῶν φυτῶν ἐσθίομεν, ἀλλὰ καὶ αὐτὰ, πολλάκις μὲν ὅλα, πολλάκις δὲ ῥίζας μόνον, ἢ ἀκρέμονας, ἢ τὰ νέα βλαστήματα, κατὰ τὴν ἐπείγουσαν ἑκάστοτε χρείαν. ἀποῤῥίπτειν γοῦν εἰωθότες οἱ παρ᾽ ἡμῖν ἄνθρωποι τόν τε καυλὸν καὶ τὰ φύλλα τῶν γογγυλίδων, ἃς καὶ βουνιάδας [358] ὀνομάζουσιν, ἐσθίουσιν ἐνίοτε καὶ ταῦτα ἐν ἀπορίᾳ καταστάντες ἀμεινόνων ἐδεσμάτων, οὕτω τε καὶ τὰ τῶν ῥαφανίδων, καὶ τὰ τῶν καλουμένων ἐπιχωρίῳ φωνῇ παρ᾽ ἡμῖν ῥαπιῶν. ἔστι δὲ, ὡς ἄν τις εἴποι, ῥαφανὶς ἀγρία τὸ φυτὸν τοῦτο. καὶ πύρεθρον δὲ καὶ σία, καὶ ἱπποσέλινα, καὶ μάραθρα, σκάνδικα καὶ κιχώρια, καὶ χονδρίλας, καὶ γιγγίδια, καὶ δαύκους, καὶ πλείστων δένδρων τε καὶ θάμνων τὰς ἁπαλὰς βλάστας ἕψοντες ἐσθίουσιν οἱ ἄνθρωποι πολ-

alimentum, verum pravi fucci funt omnia; praeterea nonnulla ex ipfis funt, quae et ftomachum laedunt, et cibo funt injucunda; ob id fuum funt pabulum, et eorum quidem non domefticorum, fed qui vitam in montibus degunt; his enim nutrimentum ab iis fructibus plurimum accedit.

Cap. XXXIX. [De alimento, quod a plantis ipfis fumitur.] Non modo plantarum femina ac fructus, fed etiam integras ipfas faepenumero mandimus, faepe autem, quum interdum urget neceffitas, radices tantum, aut furculos, aut novella germina. Noftrates certe homines, quamquam raparum (quas et buniadas nominant) folia et caulem abjicere funt foliti, nonnunquam tamen penuria melioris cibarii ipfa quoque mandunt. Pari modo in radiculis et iis, quae apud nos nomine vernaculo rhapia appellant; eft autem haec planta (ut fic dicam) agreftis radicula. Ad haec pyrethron, fion, equapium, foeniculum, fcandicem, cichorium, chondrillam, gingidium, daucum et plurimarum arborum ac fruticum tenera germina cocta homines fame

λάκις ὑπὸ λιμοῦ βιαζόμενοι, τινὰ δὲ καὶ χωρὶς λιμοῦ, καθάπερ ἔνιοι τὴν κορυφὴν τοῦ φοίνικος, ἣν ὀνομάζουσιν ἐγκέφαλον αὐτοῦ. τί δεῖ λέγειν ἔτι περὶ τῶν ἁπαλῶν ἀκανθῶν; εἰσὶ γὰρ αὗταί γε καὶ χωρὶς λιμοῦ δι' ὄξους ἐσθιόμεναι καὶ γάρου μέτριον ἔδεσμα. προσεπιβάλλουσι δὲ ἔνιοι καὶ τοὔλαιον αὐταῖς, μάλιστα ὅταν ἐν ὕδατι προαποζεσθῶσι· διττῶς γὰρ αὐταῖς χρῶνται, πολλάκις μὲν ὠμαῖς, ἐνίοτε δὲ καὶ ἑψημέναις. ἀκανθώδη δὲ λέγω φυτὰ σκολύμους, ἀτρακτυλίδας, ἠρύγγιόν τε καὶ κνίκον καὶ ἀτραγίδα, καὶ τὴν καλουμένην λευκάκανθον, ἔτι τε τὸ ἕτερον εἶδος τοῦ χαμαιλέοντος, ὧν ἔνια τινὲς τῶν κατὰ τοὺς ἀγροὺς ἐμβαλόντες εἰς ὄξος ἢ ἅλμην, ἀποτίθενται αὐτὰ, καθάπερ καὶ τὰς γογγυλίδας καὶ τὰ κρόμμυα καὶ τὰ ἀμπελόπρασα καλούμενα καὶ πύρεθρα, ἕτερά τε τοιαῦτα. τούτου δέ πως τοῦ γένους ἐστὶ καὶ κιβώρια καὶ κολοκάσια, καὶ τὸ καλούμενον ἄβατον. πρόδηλον δ', ὅτι πρὸς τῷ βραχεῖαν τροφὴν διδόναι τῷ σώματι κακόχυμα πάντ' ἐστὶ ταῦτα. καί τινά γ' αὐτῶν ἐστι κακοστόμαχα, πλὴν, ὡς ἔφην, τῶν ἀκανθῶν ἄρτι τῆς γῆς ἀνισχουσῶν. ὅσα δ' αὐτῶν ἐμβάλλον-

adacti faepe mandunt; quaedam etiam nulla urgente fame; ut qui palmae verticem mandunt, quem ipfius cerebrum appellant. Quid autem loquar de teneris fpinis? manduntur enim et ipfae cum aceto et garo, nulla cogente fame, eftque cibus hic tolerabilis. Sunt qui oleum etiam ipfis adjiciant, praefertim quum prius in aqua ferbuerint; utuntur enim ipfis bifariam, faepe quidem crudis, interdum autem et elixis. Porro fpinofas plantas appello fcolymum, atractylida, eryngium, cnicum, atragida, et quam fpinam albam nominant, praeterea fpeciem alteram chamaeleontis; quorum nonnulla ruftici quidam in acetum muriamve immittentes reponunt eodem modo, quo rapas, caepas, et quae vocant ampeloprafa, pyrethron, et alia ejusmodi. Hujus autem generis funt ciboria, colocafia, et quod abaton nuncupatur. Manifeftiffimum autem eft, quod omnia haec, praeterquam quod exiguum corpori dant alimentum, fuccum etiam pravum generant. Ad haec quaedam ex ipfis noxam ftomacho afferunt praeter (ut dixi) fpinas, quae nunc nuper e terra emerferint. Quae vero ex ipfis in mu-

τες εἰς ἅλμην ἢ ὄξος ἀποτίθενται καὶ φυλάσσουσιν εἰς ὅλον τὸν ἑξῆς ἐνιαυτὸν, ἐπικτᾶταί τι παρὰ τῆς σκευασίας προκλητικὸν εἰς ἐδωδὴν, εἰ μετρίως αὐτῶν τις γεύοιτο, καθάπερ οἵ τε τῆς ἄγνου βλαστοὶ καὶ οἱ τῆς τερμίνθου. ταῦτα μὲν οὖν ἐν τοῖς ἀγρίοις φυτοῖς ἀριθμοῦσι, καὶ κοινῇ περὶ αὐτῶν αὔταρκες ἐγνωκέναι, κακόχυμα πάντ᾽ εἶναι. περὶ δὲ τῶν ἡμέρων, οὐ κατὰ κοινὸν λόγον, ἀλλ᾽ ἰδίᾳ τὴν ἑκάστου δύναμιν ἐπίστασθαι πολὺ κάλλιστόν ἐστι, καὶ μάλιστα τῶν συνεχῆ τὴν χρῆσιν ἐσχηκότων, ἃ καὶ δι᾽ αὐτὸ τοῦτο σπουδάζεται τοῖς ἀνθρώποις, ὑπὸ μακρᾶς πείρας βασανισθέντα τῶν ἄλλων εἶναι βελτίω. καὶ τοίνυν ἤδη περὶ αὐτῶν ἐφεξῆς ἐρῶ, τὴν ἀρχὴν ἀπὸ τῶν λαχάνων ποιησάμενος.

Κεφ. μ΄. [Περὶ θριδακίνης.] Προὔκριναν πολλοὶ τῶν ἰατρῶν τὸ λάχανον τοῦτο τῶν ἄλλων ἁπάντων, ὥσπερ τὰ σῦκα τῆς ὀπώρας· εὐχυμότερον γάρ ἐστιν αὐτῶν. ὃ δὲ μέμφονταί τινες αὐτοῦ, μέγιστον ἔπαινον ἔχει· καὶ εἴπερ αὐτῷ ὡς ἀληθὲς ἦν, οὐ μόνον λαχάνων, ἀλλὰ καὶ τῶν εὐχυμοτάτων τε καὶ τροφιμωτάτων ἐδεσμάτων οὐδὲν ἂν ἦν δεύ-

riam acetumve injicientes reponunt, et in totum annum fequentem affervant, ab ipfa praeparatione vim quandam provocandae appetentiae acquirunt, fi quis ipfis moderate utatur; cujusmodi funt viticis turiones et terebinthi. Haec itaque in plantis agreftibus numerant; de quibus id communiter noffe fufficiat, quod omnes pravi funt fucci. Quod vero ad domefticas attinet, non communiter, fed privatim cujusque facultatem noffe longe praeftantiffimum fuerit, et earum potiffimum, quibus affidue utimur: quae etiam ob id ipfum a nobis expetuntur, quod ea longa experientia comprobata funt caeteris effe praeftantiora. De iis igitur deinceps verba faciemus, fumpto ab oleribus initio.

Cap. XL. [De lactuca.] Multi medici, quemadmodum fructibus autumnalibus ficus, ita hoc olus aliis omnibus antepofuerunt; fucci enim eft, quam alia omnia, laudabilioris. Quod autem in eo nonnulli reprehendunt, id maxime eft laudandum; quod fi revera ei ineffet, nulli non olerum modo, fed ne optimi quidem et nutrientiffimi fucci

τερον, αἷμα γὰρ αὐτήν φασι γεννᾷν. ἔνιοι δὲ οὐχ ἁπλῶς αἷμα λέγουσιν, ἀλλὰ πολὺ προστιθέασι, πολὺ γεννᾷν αἷμα λέγοντες τὴν θριδακίνην. ἀλλ' οὗτοι, κἂν εἰ φρονιμώτερον ἐγκαλοῦσι, μείζονά γε ψεύδονται τῶν ἑτέρων· καίτοι καὶ αὐτὸ τὸ πολὺ γεννᾷν αἷμα λεγόμενον οὐκ ἄν τις εὐλόγως μέμψαιτο. δῆλον γὰρ, ὅτι τὸ τοιοῦτον πάντων ἂν εἴη τῶν ἐδεσμάτων εὐχυμότατον, εἴ γε πλεῖστον μὲν αἷμα, τῶν δ' ἄλλων χυμῶν οὐδένα γεννᾷν πέφυκεν. εἰ δὲ πλεῖστον ἀθροίζεσθαι φήσουσιν ἐκ τῆς θριδα[359]κίνης καὶ διὰ τοῦτο μέμφοιντο, ῥᾷστον ἐπανορθώσασθαι τὸ ἔγκλημα, δυναμένων γε τῶν ἐσθιόντων αὐτὰς διαπονεῖσθαι μὲν πλείω, προσφέρεσθαι δὲ ὀλίγας. ταῦτα μὲν οὖν ἀπόχρη λέγεσθαι πρὸς τοὺς ψέγοντας οὐκ ὀρθῶς τὸ λάχανον τοῦτο. γινώσκειν δὲ χρὴ, πάντων τῶν λαχάνων ὀλίγιστόν τε καὶ κακόχυμον αἷμα γεννώντων, ἐκ τῆς θριδακίνης οὐ πολὺ μὲν, οὐδὲ κακόχυμον, οὐ μὴν εὔχυμόν γε τελέως αἷμα γίνεσθαι. ἐσθίουσι δὲ αὐτὴν ὡς τὰ πολλὰ μὲν ὠμήν· ὅταν δὲ εἰς σπέρματος γένεσιν ἐξορμᾷν ὑπάρξη-

eduliorum effet fecundum. Sanguinem enim aiunt lactucam generare. Alii vero non fimpliciter fanguinem dicunt, fed multum adjungunt, lactucam fanguinem multum generare affirmantes. At hi, etiamfi praedictis prudentius ipfam accufant, magis tamen mentiuntur; tametfi id ipfum, quod multum fanguinem generat, nemo poteft in ea iure reprehendere; perfpicuum enim eft, quod cibus is fuccum haberet omnium ciborum praeftantiffimum, fi quidem fuapte natura fanguinem quidem plurimum, aliorum autem fuccorum nullum generaret. Quod fi dixerint, ex lactuca plurimum fanguinis acervari, in eoque ipfam accufent, facillimum erit, quod objiciunt, emendare, quum poffint, qui lactucis vefcuntur, laborem quidem augere, ipfarum autem efum minuere. Verum haec dixiffe fufficiat adverfus eos, qui olus hoc non recte vituperant. Scire autem convenit, quod, quum olera omnia fanguinem gignant pauciffimum ac pravi fucci, lactuca non multum quidem generat, neque mali fucci, non tamen omnino laudabilis. Mandunt autem ipfam ut plurimum quidem crudam; quum autem aeftatis tempore accin-

ται θέρους ὥρᾳ, προαφεψήσαντες ἐν ὕδατι γλυκεῖ, προσφέρονται δι' ἐλαίου καὶ γάρου καὶ ὄξους, ἢ διά τινος τῶν ὑποτριμμάτων, καὶ μάλιστα ὅσα διὰ τυροῦ σκευάζονται. χρῶνται δ' αὐτῇ καὶ πρὶν εἰς καυλὸν ὁρμῆσαι πολλοὶ δι' ὕδατος ἕψοντες, ὥσπερ κἀγὼ νῦν ἠρξάμην ἀφ' οὗ τῶν ὀδόντων φαύλως ἔχω. ἰδὼν γάρ τις τῶν ἑταίρων ἐν ἔθει μὲν ὄν μοι ἐκ πολλοῦ τὸ λάχανον, ἐπίπονον δὲ νῦν ἴσχοντα τὴν μάσησιν, εἰσηγήσατο τὴν ἕψησιν. ἐχρώμην δὲ θριδακίναις ἐν νεότητι μὲν ἐκχολουμένης μοι συνεχῶς τῆς ἄνω γαστρὸς ἐμψύξεως ἕνεκεν, ὁπότε δὲ εἰς τὴν καθεστηκυῖαν ἡλικίαν ἧκον, ἄκος ἦν μοι τὸ λάχανον τοῦτο τῆς ἀγρυπνίας, ἔμπαλιν, ἢ ὡς ὅτε μειράκιον ἦν, ἐσπουδακότι περὶ τὸν ὕπνον. εἰθισμένος τε γὰρ ἑκουσίως ἀγρυπνεῖν ἐπὶ νεότητος, ἅμα τε καὶ τῆς τῶν παρακμαζόντων ἡλικίας ἀγρυπνητικῆς οὔσης, ἀκουσίως ἀγρυπνῶν ἐδυσφόρουν, καί μοι μόνον ἀλεξιφάρμακον ἀγρυπνίας ἦν ἑσπέρας ἐσθιομένη θριδακίνη. λέγω δὲ οὐκ ἄλλο τι θριδακίνην, ἢ ὃ πάντες οἱ νῦν ἄνθρωποι καλοῦσιν θρίδακα, ἐπεί τοι

gere fefe ad femen producendum coeperit, in aqua dulci praecoctam fumunt cum oleo, garo et aceto, aut cum aliquo falfamentorum condimentorumve, et eorum potiffimum, quae cum cafeo parantur. Plerique autem prius, quam in caulem affurgat, ipfa utuntur aquae incoquentes; quod ego nunc, ex quo dentes mihi male habent, coepi facere. Quidam enim meorum fodalium confpicatus, olus id jam olim quidem mihi effe confuetum, nunc vero difficilem habere manducationem, auctor mihi fuit, ut ipfum coquerem. Aetate autem juvenili, quum mihi ventriculus bile affidue infeftaretur, lactuca, quo ipfum refrigerarem, utebar; quum vero ad aetatem declinantem perveni, hoc olus fuit mihi adverfus vigilias remedio; tunc enim, contra ac in juventute, fomnum mihi dedita opera conciliabam, grave enim mihi erat praeter voluntatem vigilare, quod mihi accidebat, partim quod in juventute meapte fponte vigiliis affueveram, partim quod declinantium aetas ad vigilias admodum eft propenfa. Itaque lactuca vefpere commanfa unicum mihi vigiliarum erat remedium. Caeterum *θριδακίνην* nihil aliud voco, quam quod nunc homines *θρίδακα* appellant, quandoquidem

παρ' ἡμῖν ἕτερόν τι λάχανον ἄγριον ὀνομάζεται θριδακίνη, παρά τε τὰς ὁδοὺς φυόμενον, ἐπί τε τοῖς ὑψηλοῖς τῶν τάφρων, ἔτι τε κατὰ τὰς καλουμένας λιβάδας καὶ πολλὰς τῶν ἀσπόρων χωρῶν. ἔστι δὲ μικρὸν ἐκεῖνο τὸ λάχανον, οἷόν περ ἡ ἄρτι φυομένη θρίδαξ ἡ κηπευομένη, καί τι καὶ βραχὺ πικρότητος ἐμφαίνει, καὶ μᾶλλον ἔτι κατὰ τὴν αὔξησιν, ἐκκαυλῆσαν δὲ καὶ πάνυ σαφῆ τὸν πικρὸν ἔχει χυμόν. ὅμοιον δέ τι λάχανον τῇ θριδακίνῃ τῇδε καὶ ἣν ὀνομάζουσι χονδρίλην ἐστὶ, καὶ θᾶττον εἰς καυλὸν ἐξορμᾷ, πικρότητα σαφεστέραν ἔχων καί τινα γλίσχρον τε καὶ λευκὸν ὀπὸν, οἷός περ ὁ τῶν τιθυμάλλων ἐστὶν, ἀλλ' οὐ δριμὺς, ὡς ἐκείνοις, ᾧ πρὸς ἀνακόλλησιν ἐνίοτε χρώμεθα τῶν ἐν τοῖς βλεφάροις τριχῶν. ταῦτα μὲν οὖν ἄγρια καλεῖται λάχανα πρὸς διορισμὸν τῶν κηπαίων, εἴρηται δὲ μικρὸν ἔμπροσθεν περὶ αὐτῶν κοινῇ. περὶ δὲ τῆς κηπευομένης θριδακίνης τῆς ἅπασι συνήθως ἐσθιομένης τε καὶ καλουμένης θρίδακος ἐν κεφαλαίῳ πάλιν ἀναλαβὼν ἐρῶ μνήμης ἕνεκεν, ὡς ὑγρὸν μὲν ἔχει τὸν χυμὸν καὶ ψυχρὸν, οὐ

apud nos aliud quoddam est olus agreste, quod θριδακίνη nuncupatur; quod in viis ipsis nascitur, et locis fossarum eminentioribus, et praeterea herbosis aquosisve (quae λιβάδας appellant) ac plerisque incultis. Exiguum autem est id olus, instar lactucae hortensis nunc nuper enatae, amarorisque quidpiam prae se fert, et multo adhuc magis, dum adolescit; ubi autem caulem jam produxerit, saporem amarum habet vel manifestissimum. Porro huic lactucae aliud praeterea olus est simile, quam chondrillam appellant, quae citius in caulem assurgit, amaritudinemque habet magis perspicuam et lentum quendam succum albumque, cujusmodi est tithymallorum succus, non tamen acer perinde ut ille; utimurque interdum ipso ad effluvium pilorum, qui in palpebris sunt, cohibendum. Haec igitur olera, quo ab hortensibus secernantur, agrestia nuncupantur, de quibus paulo ante communiter tradidimus. De lactuca autem hortensi, quam omnes mandere et θρίδακα nominare consueverunt, summatim rursum memoriae causa repetens dicam, ipsam succum quidem habere frigidum et humidum, non tamen

Ed. Chart. VI. [359. 360.] Ed. Baf. IV. (330. 331.)

μήν γε καὶ (331) κακόχυμός ἐστι. διὰ τοῦτο οὖν οὐδ᾽ ἀπεπτεῖται τοῖς ἄλλοις λαχάνοις ὁμοίως, οὐδ᾽ ἐπέχει τὴν γαστέρα, ὥσπερ οὐδὲ προτρέπει. καὶ ταῦτ᾽ εἰκότως αὐτῇ συμβέβηκε, μήτ᾽ αὐστηρόν τι ἐχούσῃ, μήτε στρυφνὸν, ὑφ᾽ ὧν ἴσχεται τοὐπίπαν ἡ γαστὴρ, ὥσπερ ὑπὸ τῶν ἁλυκῶν τε καὶ δριμέων καὶ ὅλως ῥυπτικὸν ἐχόντων τι προτρέπεται πρὸς ἔκκρισιν, ὧν οὐδ᾽ αὐτῶν ὑπάρχει τι τῇ θριδακίνῃ.

Κεφ. μα'. [360] [Περὶ σέρεως.] Εἴτε τοὺς παρὰ Ῥωμαίοις ἰντύβους προσαγορευομένους μόνους ὠνόμαζον οἱ πρόσθεν Ἀθηναῖοι σέρεις, εἴτε τινὰ καὶ ἄλλα τῶν ἀγρίων λαχάνων φυτῶν, οὐκ ἀκριβῶς ἔχω φάναι. οἱ δ᾽ ἴντυβοι ταῖς θρίδαξι παραπλησίαν ἔχουσι τὴν δύναμιν, ἀπολειπόμενοι καθ᾽ ἡδονὴν αὐτῶν καὶ τἄλλα τὰ πρόσθεν εἰρημένα περὶ θριδακίνης.

Κεφ. μβ'. [Περὶ μαλάχης.] Ἔστι καὶ ταύτης ἑτέρα τῆς κηπευομένης ἡ ἀγρία μαλάχη, καθάπερ τῆς θρίδακος ἡ θριδακίνη. διαφέρει δὲ τῶν ὁμοειδῶν φυτῶν ξηρότητι μὲν τὸ ἄγριον, ὑγρότητι δὲ τὸ κηπευόμενον. ἔχει δέ τι καὶ γλίσ-

pravi effe fucci; quo fit, ut neque coctione omnino privetur, quo modo reliqua olera, neque ventrem fiftat, quemadmodum etiam non proritat; quae ipfi jure accidunt, quum neque aufteri, neque acerbi quicquam habeat, a quibus in univerfum venter fiftitur; quemadmodum a falfis et acribus et omnino ab iis, quae vim quandam habent detergendi, ad excretionem incitatur, quorum etiam nihil lactucae ineft.

Cap. XLI. [De feri.] Num, quos folos Romani intybos appellant, veteres Athenienfes feres duntaxat nominarint, an et alia quaedam olera agreftia, nequeo certo affirmare. Caeterum intybi facultatem habent lactucis adfimilem, fuavitate tamen et aliis, quae fupra de lactucis fuerunt comprehenfa, ab ipfis relinquuntur.

Cap. XLII. [De malva.] Quemadmodum lactuca agreftis ab hortenfi, ita malva agreftis a fativa eft diverfa; plantae enim congeneres in eo inter fe diffident, quod agreftis quidem ficcitate, fativa vero humiditate fuperat. Por-

χρον κατὰ τὸν χυλὸν ἡ μαλάχη, τῆς θρίδακος οὐκ ἐχούσης, ἀποκεχώρηκέ τε σαφῶς τοῦ ψύχειν, ὡς καὶ πρὸ τῆς ἐδωδῆς ἔνεστι γνῶναι, καταπλάσαντά τι τῶν θερμῶν παθῶν, οἷόν πέρ ἐστι τὸ ἐρυσίπελας, ἀμφοτέροις ἐν μέρει τοῖς λαχάνοις, ὥσπερ καὶ ποιοῦσιν οἱ ἄνθρωποι, τρίβοντες ἐπιμελῶς τὰ μαλακὰ τῶν φύλλων ἄχρι τοῦ λειότατα γενέσθαι. γνώσεται γὰρ ἐν τῷδε τὴν μὲν θρίδακα ψύχουσαν φανερῶς, μετρίαν δέ τινα καὶ οἷον χλιαρὰν θερμασίαν ἔχουσαν τὴν μαλάχην. ὑπέρχεται δὲ τὸ λάχανον ῥᾳδίως τοῦτο, οὐ διὰ τὴν ὑγρότητα μόνον, ἀλλὰ καὶ διὰ τὴν γλισχρότητα, καὶ μάλιστα ὅταν ἐλαίου τε καὶ γάρου δαψιλῶς τις οὕτως συγκαταπίῃ. μετρίως δὲ ἔχει καὶ κατὰ τὴν θρέψιν αὕτη. τῶν τριῶν δὲ λαχάνων τούτων εἰ παραβάλλοις τὸν χυλὸν, ὁ μὲν τοῦ τεύτλου λεπτομερής τε καὶ ῥυπτικός ἐστιν, ὁ δὲ τῆς μαλάχης παχύτερός τε καὶ γλισχρότερος, ὁ δὲ τῆς θριδακίνης μέσος ἀμφοῖν.

Κεφ. μγ΄. [Περὶ τεύτλου.] Μαλάχην μὲν ἔφην οὐ μόνον ἥμερον, ἀλλὰ καὶ ἀγρίαν εἶναί τινα, καθάπερ γε καὶ

ro fucco malvae lentor quidam ineft, qui lactucae non ineft, a refrigerandoque abeft perfpicue; id quod etiam ante, quam edas, intelliges, fi utrumque olus viciffim calido cuipiam affectui, ut eryfipelati, cataplasmatis modo applicueris; quod etiam vulgo faciunt, tenera folia diligenter ad exactum laevorem conterentes; fenties enim in hoc cataplasmate lactucam quidem manifefte refrigerare, malvam autem calorem quendam habere moderatum ac veluti tepidum. Caeterum hoc olus facile fubducitur, non modo propter humiditatem, verum etiam propter lentorem, et potiffimum quando quis cum oleo et garo copiofum ipfum fumpferit. Nutrit autem et ipfa mediocriter. Verum fi trium horum olerum fuccum compararis, betae quidem tenuium eft partium, tergendique facultate eft praeditus, malvae autem craffus magis eft et lentus, lactucae inter utrumque eft medius.

Cap. XLIII. [De beta.] Malvam quidem, ut lactucam, diximus non modo effe fativam, fed aliam etiam quan-

θριδακίνην. ἄγριον δὲ τεῦτλον οὐκ ἔστιν, εἰ μή τις ἄρα τὸ λάπαθον οὕτως ὀνομάζειν βούλοιτο. χυλὸς δ᾽ ἐν τοῖς τεύτλοις εἶναι φαίνεται ῥυπτικὸς, ὃς καὶ τὴν γαστέρα πρὸς ἔκκρισιν ἐπεγείρει, καὶ τὸν στόμαχον ἐνίοτε δάκνει, καὶ μάλιστ᾽ ἐκείνων, ὅσοι περ ἂν εὐαίσθητον αὐτὸν ἔχωσι φύσει, καὶ διὰ τοῦτο κακοστόμαχόν ἐστιν ἔδεσμα πλεῖον βρωθέν, ἡ τροφὴ δὲ ἡ ἀπ᾽ αὐτοῦ βραχεῖα, καθάπερ ἡ ἀπὸ τῶν ἄλλων λαχάνων. ἐπιτηδειότερον δὲ αὖ ἐστι μαλάχης εἰς τὰς κατὰ τὸ ἧπαρ ἐμφράξεις, ἔτι δὲ μᾶλλον, ὅταν μετὰ νάπυος ἢ πάντως γε μετ᾽ ὄξους ἐσθίηται. καὶ τοῖς ὑποσπλήνοις δὲ τὸν αὐτὸν τρόπον ἐσθιόμενον ἀγαθὸν γίνεται φάρμακον· εἰκότως γὰρ ἄν τις αὐτὸ φάρμακον εἴποι μᾶλλον, ἢ τροφὴν, ὅταν οὕτως ἐσθίηται. καὶ τοῖς ἀνθρώποις δὲ ὁρῶ σχεδὸν ἅπαντα τὰ τοιαῦτα δίκην ὄψων, οὐ τροφῶν ἐσθιόμενα, καθάπερ ἐνίοτε καὶ πράσον καὶ γλήχωνα καὶ θύμα καὶ ὀρίγανον, ἔτι τε καὶ κρόμμυον καὶ σκόροδον καὶ κάρδαμον, ὅσα τε ἄλλα τοιαῦτα.

Κεφ. μδ'. [361] [Περὶ κράμβης.] Καὶ ταύτην οἱ πολλοὶ μὲν ὡς ὄψον ἐσθίουσιν, ἰατροὶ δὲ ὡς φαρμάκῳ ξηραίνοντι

dam esse agrestem; nulla autem beta est agrestis, nisi quis lapathum ita nominare velit. Succus autem betarum tergendi vim habet manifestam adeo, ut ventrem ad excernendum excitet, et stomachum interdum mordicet, praesertim qui natura sensu exactiore est praeditus, ob idque edulium id stomacho est noxium, si largius sumatur. Corpori autem ab ipsa, ut ab aliis oleribus, paucum alimentum accedit. Verum obstructum hepar beta magis, quam malva, aperit, et multo magis, si cum sinapi, aut omnino saltem cum aceto mandatur. Lienosis item eodem modo sumpta utile est medicamentum; jure enim quis ipsam ita mansam medicamentum potius quam alimentum dixerit. Videmusque homines fere omnia ejusmodi opsoniorum, non alimentorum, vice esitare, quemadmodum etiam interdum porrum mandunt, et pulegium, thymum, origanum, caepam, praeterea et allium et cardamum et alia id genus.

Cap. XLIV. [De brassica.] Hanc quoque plerique, ut opsonium, mandunt, medici autem ut siccante medica-

Ed. Chart. VI. [361.] Ed. Baf. IV. (331.)

χρῶνται. λέλεκται δὲ περὶ αὐτῆς ἤδη μέν τινα κἀν ταῖς τῶν φαρμάκων δυνάμεσι, κἀν τῷ πρὸ τοῦδε συγγράμματι, καὶ νῦν δὲ καὶ ἐπὶ κεφαλαίων εἰρήσεται, τὸν μὲν χυλὸν αὐτῆς ἔχειν τι καθαρτικὸν, αὐτὸ δὲ τὸ σῶμα κατὰ τὸν τοῦ ξηραίνοντος λόγον ἐπέχειν μᾶλλον, ἢ προτρέπειν εἰς ὑποχώρησιν. ὅταν μὲν οὖν ἐκκρίνεσθαι βουλώμεθα τὰ κατὰ τὴν γαστέρα, πλησίον κειμένης τῆς κακκάβης, ἐν ᾗπερ ἂν ἑψημένη τύχῃ μετὰ ὕδατος, ἀνασπῶντας αὐτὴν εὐθέως ἐμβάλλειν χρὴ τοῖς ἀγγείοις, ἐν οἷςπερ ἐσκεύασται τοὔλαιον ἅμα τῷ γάρῳ. διαφέρει δ' οὐδὲν, εἰ ἅλων ἀντὶ γάρου λαμβάνοιτο. ξηρᾶναι δὲ ὑγρὰν γαστέρα βουληθέντες, ὅταν ἤδη μετρίως ἑψῆσθαι δοκῇ, τὸ πρότερον ὕδωρ ἀποχέοντες ἐμβάλλομεν εὐθέως ἑτέρῳ θερμῷ, κἄπειτα πάλιν ἐκείνῳ καθεψήσομεν, ὡς τακερὰν γενέσθαι, μὴ καθέψοντες, ὅταν ὑπαγωγῆς ἕνεκα λαμβάνηται. βουλόμεθα γὰρ οὐκ ἀποθέσθαι πάντα τὸν ἴδιον αὐτῆς χυλὸν ἐπὶ τῆς τοιαύτης χρείας, ἀλλὰ φυλάττειν ὅσον οἷόν τε μάλιστα. τελέως μὲν οὖν φυλάττειν τὸν ἴδιον χυλὸν οὐδὲν ἑψόμενον δύναται, μᾶλλον δὲ ἀποβάλλει τὰ μέχρι πλείονος ἑψη-

mento utuntur. Dicta autem jam quaedam de hac fuerunt in libris de medicamentorum facultatibus, tum etiam libro fuperiore. Nunc autem fummatim dicemus, ipfius quidem fuccum facultatem habere purgatricem, corpus autem ipfum communi ficcantium ratione fiftere magis, quam ad dejiciendum incitare. Quum igitur, quae in ventre continentur, excernere voluerimus, e propinquo cacabo, in quo cocta cum aqua fuerit, extractam ipfam protinus in vafa, in quibus oleum cum garo paratum fuerit, conjicere conveniet. Nihil autem retulerit, fi falem loco gari fumpferis. Quod fi humentem alvum ficcare voluerimus, priorem aquam, ubi braffica mediocriter cocta videbitur, effundentes aliam calidam mox injiciemus, ac deinde rurfum brafficam, quoad contabuerit, ei incoquemus; quod non facimus, quum ventris dejiciendi gratia fumitur; volumus enim hoc cafu proprium ipfius fuccum omnem non deponere, fed quoad fieri maxime licet, retinere. Porro nihil, quod coquitur, proprium fuccum fervare omnino poteft, quin potius omnem

θέντα. καὶ μέντοι καὶ φακῆν ἔφαμεν ὁμοίως κράμβῃ χρῆναι σκευάζειν, ἀμφότερα καὶ αὐτὴν ἐργάζεσθαι δυναμένην ὑπαγωγήν τε καὶ στάσιν γαστρός. ὀνομάζεται δὲ ἡ οὕτω; σκευασθεῖσα δίσεφθος καὶ κράμβη καὶ φακῆ. καὶ κρόμμυον δὲ καὶ πράσον καὶ πολὺ μᾶλλον ἀμπελόπρασόν τε καὶ σκόροδον, ὅ τι τ᾽ ἂν ἄλλο βουληθῇς ἐπὶ τοὐναντίον ἀποστῆσαι τῆς ἀρχαίας φύσεως, οὕτως σκεύαζε, μεμνημένος ἐκείνου πρὸ πάντων, ὡς οὐ χρὴ ψαύειν οὔτ᾽ ἀέρος οὔθ᾽ ὕδατος ψυχροῦ τόδε ἑψόμενον, οὐκέτι γὰρ ἀκριβῶς γίνεται τακερὸν, οὐδ᾽ ἂν ἐπὶ πλεῖστον ἕψῃς, ἀλλὰ χρὴ, καθάπερ εἶπον ἀρτίως, ἕτοιμον ἔχοντας ὕδωρ θερμὸν, ἀνελκύσαντας ἐκ τοῦ προτέρου, μεταβάλλειν εὐθέως εἰς ἐκεῖνο. ξηραίνει μὲν οὖν ἀλλήλοις παραπλησίως φακῆ τε καὶ κράμβη, καὶ διὰ τοῦτο τὴν ὄψιν ἀμβλύνει, πλὴν εἰ τύχοι ποθ᾽ ὑγρότερος ὢν παρὰ φύσιν σύμπας ὁ ὀφθαλμός. ἀλλ᾽ ἡ μὲν φακῆ τροφὴν οὐκ ὀλίγην δίδωσι τῷ σώματι, καὶ ταύτην παχεῖάν τε καὶ μελαγχολικὴν, ἡ δὲ κράμβη βραχεῖαν τὴν τροφὴν ἔχει, καὶ ταύτην ὑγροτέραν τῆς φακῆς, ὡς ἂν εἰ στερεὸν οὐκ οὖσα σιτίον, ἀλλὰ χαῦνον.

abjiciet, fi coctum diutius fuerit. Quin et lenticulam diximus eodem, quo braflicam, modo oportere parare, ut quae utrumque poflit efficere, ventris fubductionem fcilicet et cohibitionem. Vocatur autem, quae fic paratur, bis cocta, et lens, et braffica, et caepa, et porrum, et multo magis ampeloprafum et allium. Quod fi quid aliud a veteri natura ad contrariam velis reducere, fic parabis, hujus ante omnia memor, id, quod bis coquitur, neque aërem, neque aquam frigidam contingere; non enim poterit amplius, etiamfi diutiflime coxeris, plane tabefcere; fed oportet, ut paulo ante diximus, aquam calidam habere paratam, ut, quum ex priore extraxeris, in illam protinus conjicias. Lens itaque et braffica aequali inter fe menfura ficcant, ob idque vifum hebetant, nifi forte totus oculus humidior fuerit, quam naturalis habitus poftulet. At lens quidem non exiguum corpori dat alimentum, idque craffum ac melancholicum, braffica vero paucum habet alimentum, idque quam lens humidius, ut quae edulium eft non firmum, fed laxum:

Ed. Chart. VI. [361. 362.] Ed. Baf. IV. (331. 332.)

οὐ μὴν εὔχυμόν ἐστιν ἔδεσμα κράμβη, καθάπερ ἡ θριδακίνη, ἀλλὰ καὶ μοχθηρὸν ἔχει καὶ δυσώδη τὸν χυλόν. ἐπιφανὲς δ' εἰς οὔρησιν οὔτ' ἀγαθὸν οὔτε κακὸν ἐξ αὐτῆς ἀποβαῖνον εἰπεῖν ἔχω. τοῦτο τὸ λάχανον οἱ τὴν ἐπίτριπτον ψευδοπαιδείαν ἀσκοῦντες ὀνομάζειν ἀξιοῦσι ῥάφανον, ὥσπερ τοῖς πρὸ ἑξακοσίων ἐτῶν Ἀθηναίοις διαλεγομένων ἡμῶν, ἀλλ' οὐχὶ τοῖς νῦν Ἕλλησιν, οἷς ἅπασιν ἔθος ἐστὶν οὐκ ἐπ' ἄλλου φυτοῦ τὸ τῆς κράμβης ὄνομα φέρειν.

Κεφ. με'. [362] [Περὶ ἀτραφάξυος καὶ βλίτου.] Ὑδατωδέστερα λαχάνων ἐστὶ ταῦτα καὶ, ὡς ἂν εἴποι τις, ἄποια, τῆς κολοκύνθης ἤτοι μᾶλλον, ἢ πάντως οὐχ ἧττον, ὅταν ἑψηθέντα τύχῃ δηλονότι· μόνη γὰρ ἐν τοῖς τοιούτοις ἡ θρίδαξ ἑκατέρως ἐσθίεται. κατανοήσας δέ τις (332) ἀτραφάξυός τε καὶ βλίτου τὴν διὰ τῆς γεύσεως ποιότητα, κἄπειτα ἀναμνησθεὶς κράμβης, ἐν τῷ μέσῳ συγχωρήσει τὴν θρίδακα τῶν λαχάνων τούτων εἶναι καὶ τῆς κράμβης, ἐπειδὴ ξηραίνει μὲν ἱκανῶς ἐκείνη, ταῦτα δὲ ὑδατώδη τελέως ἐστί. καὶ διὰ τοῦτο ἐμβάλλοντες ὄξος, οὐκ ἐκ μόνων ἐλαίου τε καὶ γάρου

fuccum tamen non habet probum, ut lactuca, fed pravum et graveolentem. Quod vero ad urinas attinet, ipfas (quod fciam) infigniter neque provocant, neque morantur. Qui perditiffimam ac falfam doctrinam confectantur, olus hoc *ῥάφανον* contendunt appellari, perinde ac fi jam cum iis Athenienfibus, qui ante fexcentos annos fuerunt, nobis effet fermo, non cum Graecis, qui nunc funt, quibus omnibus mos eft in nulla alia planta brafficae nomine uti.

Cap. XLV. [De atriplice et blito.] Haec funt aliis oleribus aquofiora et, ut fic dicam, qualitatis expertia, magis quam cucurbita, aut faltem non minus, quum cocta videlicet fuerint; fola enim inter ejusmodi olera lactuca utroque modo manditur. Quod fi quis atriplicis et bliti qualitatem gufiu affecutus brafficae deinde recordetur, fatebitur, lactucam effe in medio horum olerum et brafficae, quando haec quidem ficcat admodum, illa autem omnino funt aquea: quo fit, ut non ex folo oleo et garo ipfa mandant, fed acetum etiam injiciant; alioquin enim ftomacho

Ed. Chart. VI. [362.] Ed. Baf. IV. (332.)
προσφέρονται μᾶλλον αὐτὰ, κακοστόμαχα γὰρ ἄλλως λαμβανόμενα. λέλεκται δὲ, ὡς τὰ τοιαῦτα λάχανα ῥέπει μέν πως ἐπὶ τὸ ῥᾳδίως ὑπιέναι, καὶ μάλιστ᾽ ἂν ἔχῃ μετὰ τῆς ὑγρότητος ὀλισθηρὸν, οὐ μὴν ἰσχυράν γε τὴν κάτω ῥοπὴν, ἀλλὰ βραχεῖαν ἔχει, διὰ τὸ μηδεμίαν ὑπάρχειν αὐτοῖς ἢ δριμεῖαν ἢ νιτρώδη ποιότητα, πρὸς ἔκκρισιν ἐπεγείρουσαν τὴν γαστέρα. πρόδηλον δ᾽, ὅτι καὶ τὴν ἀφ᾽ ἑαυτῶν τροφὴν ἐλαχίστην δίδωσι τῷ σώματι.

Κεφ. μστ΄. [Περὶ ἀνδράχνης.] Ὡς ἐδέσματι μὲν χρῶνταί τινες, ὀλίγην δὲ τροφὴν ἔχει, καὶ ταύτην ὑγρὰν καὶ ψυχρὰν καὶ γλίσχραν, ὡς φάρμακον δ᾽ αἱμωδίαν ἰᾶται διὰ τὴν ἄδηκτον γλισχρότητα, περὶ ἧς ἐπὶ πλέον ἐν τῇ τῶν εὐποριστων φαρμάκων πραγματείᾳ λέγεται.

Κεφ. μζ΄. [Περὶ λαπάθου.] Δύναταί τις, ὡς πρόσθεν ἔφην, ἄγριον εἶναι φάναι τεῦτλον αὐτὸ, παραπλήσιον ὑπάρχον οὐ τῇ γεύσει μόνον, ἀλλὰ καὶ τῇ δυνάμει, τῷ κηπευομένῳ τεύτλῳ. ἐπεὶ δὲ τὸ τεῦτλον ἥδιόν ἐστι τοῦ λαπάθου, διὰ τοῦτο μᾶλλον ἐσθίουσιν αὐτὸ πάντες οἱ ἄνθρωποι.

ſunt noxia. Dictum autem nobis fuit, quod olera hujuscemodi ad facilem dejectionem quodammodo ſunt propenſa, et potiſſimum, ſi cum humiditate lubricum quiddam habeant; propenſionem tamen ac momentum ad inferiorem excretionem habent non magnum, ſed exiguum, propterea quod nulla qualitas ipſis ineſt acris aut nitroſa, quae ventrem ad excernendum excitet. Manifeſtum porro eſt, quod alimentum a ſe ipſis corpori praebent exiguum.

Cap. XLVI. [De portulaca.] Quidam portulaca utuntur ut cibo: nutrimentum autem habet exile, idque humidum, frigidum et lentum; ut medicamentum autem ſtuporem dentium ſanat ſuo lentore morſus experte: de quo fuſius in opere de medicamentis paratu facilibus tradimus.

Cap. XLVII. [De lapatho.] Licet cuivis, ut ante diximus, lapathum appellare betam agreſtem, ut quod non guſtu modo, ſed viribus etiam betae hortenſi eſt aſſimile. Verum quum beta lapatho ſit ſuavior, idcirco nemo eſt, qui non ipſa libentius veſcatur. Proinde nihil eſt, quod ego

διὰ τοῦτο οὖν οὐδὲ ἐγὼ δεήσομαι λόγου τινὸς περὶ λαπάθου, περὶ τοῦ τεύτλου πάνθ' ὅσα προσήκει εἰρηκώς.

Κεφ. μη'. [Περὶ ὀξυλαπάθου.] Καὶ τοὔνομα ἐμφαίνει τοῦ φυτοῦ τοῦδε τὴν ποιότητα καὶ τὴν δύναμιν, ἔστι γὰρ λάπαθον ὀξύ. τὸ μὲν οὖν λάπαθον οὐκ ἄν τις ὠμὸν φάγοι, καθάπερ οὐδὲ τὸ τεῦτλον, ὀξυλάπαθον δὲ ἐσθίουσιν ὠμὸν ἐπὶ τῆς ἀγροικίας αἱ κιττῶσαι γυναῖκες, ἐνίοτε δὲ καί τινα τῶν περιέργων παιδίων. εὔδηλον δ', ὅτι καὶ τοῦτο τῶν ἀτρόφων λαχάνων ἐστὶ πολὺ μᾶλλον ἢ τὸ λάπαθον.

Κεφ. μθ'. [363] [Περὶ στρύχνου.] Τῶν ἐσθιομένων λαχάνων οὐδὲν οἶδα τοσαύτην ἔχοντα στύψιν, ὅσην ὁ στρύχνος. εἰκότως οὖν ὡς τροφῇ μὲν αὐτῷ σπανιάκις, ὡς φαρμάκῳ δὲ συνεχῶς χρώμεθα. δραστήριον μὲν γάρ ἐστιν, εἰς ὅσα ψύξεως στυφούσης ἐστὶ χρεία, τροφὴν δ' ἐλαχίστην ἔχει.

Κεφ. ν'. [Περὶ ἀκανθωδῶν φυτῶν.] Ἀνίσχοντα τῆς γῆς ἄρτι τὰ τοιαῦτα φυτὰ, πρὶν εἰς ἀκάνθας αὐτῶν τε-

plura de lapatho commemorem, quum omnia, quae opus erant, in beta expofuerim.

Cap. XLVIII. [De oxylapatho.] Vel nomen ipfum plantae hujus qualitatem ac vires indicat; eft enim lapathum acidum. Quod autem ad lapathum attinet, nemo eft, qui crudum ipfum mandat, quemadmodum neque betam; oxylapathum tamen mulieres rufticae pica laborantes, interdum et pueri quidem gulofi crudum manducant. Perfpicuum autem eft, quod olus hoc ex eorum eft genere, quae non nutriunt, multo magis, quam lapathum.

Cap. XLIX. [De folano.] Inter ea olera, quibus vefcimur, nullum novi, quod tantam habeat adftrictionem, quantam folanum; merito igitur raro quidem ipfo utimur ut alimento, ut medicamento autem affidue; efficax enim eft in iis, in quibus refrigerationis adftringentis ufus incidit. Minimi autem eft alimenti.

Cap. L. [De plantis fpinofis.] Plerique rufticorum plantis hujuscemodi e terra nunc nuper emerfis, priusquam

λευτῆσαι τὰ φύλλα, πολλοὶ τῶν ἀγροίκων ἐσθίουσιν οὐκ ὠμὰ μόνον, ἀλλὰ καὶ δι᾽ ὕδατος ἕψοντες, ἐναποβάπτοντες δὲ τὰ μὲν ὠμὰ γάρῳ καὶ ὄξει, τὰ δὲ ἑφθὰ τούτοις αὐτοῖς ἐπιχέοντες ἔλαιον. ὅτι δὲ ἐλαχίστην τροφὴν ἔχει πάντα τὰ λάχανα, καὶ ταύτην ὑδατώδη καὶ λεπτὴν, ἔμπροσθεν εἴρηται, τὰ δ᾽ οὖν ἀκανθώδη μετρίως ἐστὶν εὐστόμαχα. τούτων τῶν φυτῶν καὶ σκόλυμός ἐστι καὶ ἀτρακτυλὶς, καὶ ἡ καλουμένη λευκάκανθα, δίψακός τε καὶ κνίκος, καὶ τραγάκανθα καὶ ἀτραγὶς, ἥ τε τετιμημένη μειζόνως ἢ προσήκει κινάρα.

Κεφ. να΄. [Περὶ κινάρας.] Καλοῦσι δ᾽ αὐτὴν πάντες οἱ φεύγοντες τὸ σύνηθες, οὐ διὰ τοῦ κ καὶ τοῦ ι τὴν πρώτην συλλαβὴν ὀνομάζοντες, ἀλλὰ διὰ τοῦ κ καὶ υ. κακόχυμον δέ ἐστιν ἔδεσμα, καὶ μάλισθ᾽ ὅταν ἤδη σκληροτέρα γένηται, καὶ γὰρ τὸν χολώδη χυμὸν ἐν ἑαυτῇ πλείονα τηνικαῦτα ἴσχει, καὶ τὴν ὅλην οὐσίαν σκληρωδεστέραν, ὥστ᾽ ἐκ μὲν ταύτης μελαγχολικὸν γεννᾶσθαι χυμὸν, ἐκ δὲ τοῦ χυλοῦ τοῦ κατ᾽ αὐτὴν λεπτὸν καὶ πικρόχολον, ἄμεινον οὖν ἀφέψοντας αὐτὴν οὕτως ἐσθίειν, εἰ μὲν δι᾽ ἐλαίου καὶ γάρου καὶ

ipfarum folia in fpinas definant, vefcuntur, non crudis modo, fed in aqua etiam elixis, crudas quidem aceto et garo intingentes, coctis vero praeter haec oleum affundentes. Quod autem olera omnia nutrimentum habeant paucifiimum, et ipfum quidem tenue et aquofum, dictum fupra a nobis fuit; fpinofa vero ftomachum mediocriter juvant. Inter has plantas funt fcolymus, atractylis, et quam fpinam albam appellant, dipfacus, cnicus, tragacantha, atragis, et quam pluris, quam conveniat, aeftimant, cinara.

Cap. LI. [De cinara.] Omnes, qui vulgarem confuetudinem fugiunt, plantam hanc *κυνάραν* appellant, non per *κ* et *ι*, fed per *κ* et *υ* primam fyllabam pronunciantes. Pravi autem fucci eft edulium, et maxime quum plufculum jam obduruerit; etenim tunc fuccum biliofum in fe ipfa continet copiofiorem, totamque fubftantiam habet lignofiorem, adeo ut ex ea quidem humor melancholicus, ex ipfo autem fucco tenuis ac biliofus gignatur. Satius igitur fuerit ipfam elixam mandere, fic ut, fi quis cum oleo, garo et

οἴνου προσφέροιτό τις, ἐπεμβάλλοντα κορίανον, εἰ δὲ ἐν λοπάδι σκευάζων ἢ ταγηνίζων, ἄνευ τούτων· πολλοὶ γὰρ οὕτως ἐσθίουσι τὰς οἷον κεφαλὰς αὐτῶν, ἃς ὀνομάζουσι σπονδύλους.

Κεφ. νβ'. [Περὶ σελίνων καὶ ἱπποσελίνων καὶ σίων καὶ σμυρνίου.] Πάντα ταῦτά ἐστιν οὐρητικά. συνηθέστατα δ' αὐτῶν ἔτι καὶ ἡδίω καὶ εὐστομαχώτερα τὰ σέλινα· τὸ δ' ἱπποσέλινον καὶ σίον ἀηθέστερα. τὸ μὲν οὖν σμύρνιον οὐκ ἄηθες· ἐν γοῦν τῇ Ῥώμῃ πάμπολυ πιπράσκεται· δριμύτερον δ' ἐστὶ καὶ θερμότερον πολλῷ τοῦ σελίνου, καί τι καὶ ἀρωματῶδες ἔχει. μᾶλλόν τε οὖν οὐρητικόν ἐστι σελίνου καὶ ἱπποσελίνου καὶ σίου, καὶ γυναιξὶ κινεῖ τὰ καταμήνια. ποιεῖ δὲ καὶ καυλὸν ἦρος ὥρᾳ δυνάμενον ὠμὸν ἐσθίεσθαι παραπλησίως τοῖς φύλλοις, ἃ διὰ τοῦ χειμῶνος ἦν μόνα τῷ φυτῷ, μηδέπω καυλὸν ἔχοντι, καθάπερ οὐδὲ τὸ σέλινον. ὕστερον δὲ προγενομένου τοῦ καυλοῦ, τὸ σύμπαν ἥδιον γίνεται, κἂν ὠμὸν ἐσθίῃ τις αὐτὸ, κἂν ἑφθὸν, [364] εἴτ' ἐξ ἐλαίου καὶ γάρου τύχοι βουληθεὶς, εἴτ' οἴνου προσεπεμβάλλων, εἴτε ὄξους.

vino ipsam sumat, coriandrum injiciat, sin vero in patina paret, aut frigat in sartagine, haec semoveat; multi enim eo modo ipsarum veluti capita, quae spondylos nominant, mandunt.

Cap. LII. [De apio, equapio, sio et smyrnio.] Haec omnia urinas cient; inter quae apium est usitatissimum, et suavius, et stomacho gratius, equapium autem et sion minus in usu. Smyrnium vero non est inusitatum, siquidem Romae maxima copia venditur, acriusque multo est quam apium et calidius, praeterea aromaticum etiam habet quidpiam. Proinde urinas provocat valentius, quam apium, equapium et sion, mensesque mulieribus movet. Vere autem caulem producit, qui crudus esculentus est, non aliter, quam folia, quae hyeme sola plantae inerant caulem nondum habenti, ut neque tum apium habet. Postea vero accedente caule, tota planta jucundior redditur, sive quis crudam ipsam, sive elixam mandat, sive cum oleo et garo, sive vinum velit adjicere, sive acetum. Sunt qui cum aceto

ἔνιοι δὲ καὶ δι' ὄξους καὶ γάρου μόνον ἐσθίουσι, καθάπερ τὰ σέλινα· τινὲς δὲ τούτοις ἐπεμβάλλουσιν ἐλαίου βραχύ. τὸ δὲ ἱπποσέλινόν τε καὶ σίον ἕψοντες ἐσθίουσιν, ὠμὸν γὰρ ἑκάτερον αὐτῶν ἀηδὲς φαίνεται. τά γε μὴν σέλινα καὶ τὰ σμύρνια καὶ τῆς θρίδακος φύλλοις μιγνύντες προσφέρονταί τινες· ἄποιον γὰρ οὖσα λάχανον ἡ θρίδαξ, ἔτι τε ψυχρὸν ἔχουσα χυμὸν, ἡδίων τε ἅμα καὶ ὠφελιμωτέρα γίνεται τῶν δριμέων τι προσλαμβάνουσα. κατὰ τοῦτο γοῦν ἔνιοι καὶ τὰ τῶν εὐζώμων καὶ τὰ τῶν πράσων φύλλα μιγνύουσιν αὐτῇ· εἰσὶ δὲ οἳ καὶ τῶν ὠκίμων. ὀνομάζουσι δ' ἐν Ῥώμῃ συνήθως ἤδη πάντες οὐ σμύρνιον, ἀλλ' ὀλούσατρον τὸ λάχανον τοῦτο. καί τις ἴσως αὐτὸ τὴν ἀρχὴν οὐδὲ ἀριθμεῖν ἐν ταῖς τροφαῖς ἀξιώσει, καθάπερ οὐδὲ τὸ σίον, οὐδὲ τὸ ἱπποσέλινον· εἶναι γὰρ ἅπαντα τὰ τοιαῦτα τῶν σιτίων ὄψα, καθάπερ καὶ τὰ κρόμμυα καὶ τὰ σκόροδα, πράσα τε καὶ ἀμπελόπρασα, καὶ πάντα ἁπλῶς τὰ δριμέα. τούτου δὲ τοῦ γένους ἐστὶ καὶ πήγανον καὶ ὕσσωπον, ὀρίγανόν τε καὶ μάραθρον καὶ κορίανον, περὶ ὧν ἐν τοῖς ὀψαρτυτικοῖς συγγράμμασι λέγεται, κοινοῖς

ſolo et garo mandant, quo modo et apium; alii autem olei nonnihil iis adjiciunt. Caeterum equapium et ſion cocta manducant; utrumque enim ipſorum crudum eſt inſuave. Sunt qui apium et ſmyrnium foliis lactucae mixta manducent: nam quum lactuca olus ſit inſipidum, ſuccumque praeterea habeat frigidum, non modo ſuavior, ſed utilior etiam redditur, ſi acrium olerum quoddam aſſumpſerit; ob eam certe cauſam nonnulli erucae ac porri folia, alii ocimi ipſi admiſcent. Romae autem vulgo jam omnes homines olus id non ſmyrnium, ſed olus atrum nominant: quod forte aliquis omnino ne inter alimenta quidem numerare dignabitur, quemadmodum neque ſion, neque equapium, ſed omnia hujuscemodi ſtatuet ciborum eſſe opſonia, quemadmodum et caepas, et allia, et porra, et ampeloprasa, et (ut in ſumma dicam) omnia acria. Hujus autem generis eſt ruta, hyſſopus, origanum, feniculus, coriandrum, de quibus in commentariis de opſoniis diſputatur, qui me-

μέν πως οὖσιν ἰατροῖς τε καὶ μαγείροις, ἔχουσι δὲ τέλος καὶ σκοπὸν ἴδιον. ὠφελείας γὰρ ἡμεῖς στοχαζόμεθα τῆς τῶν ἐδεσμάτων, οὐχ ἡδονῆς. ἐπὶ δ᾽ ἐνίων ἡ κατὰ τὴν ἐδωδὴν ἀηδία μέ(333)γα μέρος εἰς ἀπεψίαν συμβάλλεται· κατὰ τοῦτ᾽ οὖν μετρίως ἡδύνειν αὐτὰ βέλτιόν ἐστιν. ἡ δὲ τῶν μαγείρων ἡδονὴ μοχθηροῖς οὕτως ἀρτύμασιν ὡς τὸ πολὺ χρῆται συνήθως, ὡς ἀπεψίαν μᾶλλον ἢ εὐπεψίαν αὐτοῖς ἕπεσθαι.

Κεφ. νγ΄. [Περὶ εὐζώμου.] Θερμαίνει σαφῶς πάνυ τοῦτο τὸ λάχανον, ὥστε οὐδὲ μόνον ἐσθίειν αὐτὸ ῥᾴδιον ἄνευ τοῦ μίξαι τοῖς φύλλοις τῆς θριδακίνης. ἀλλὰ καὶ σπέρμα γεννᾷν πεπίστευται, καὶ τὰς πρὸς τὴν συνουσίαν ὁρμὰς ἐπεγείρειν. κεφαλαλγὲς δ᾽ ἐστὶ, καὶ μᾶλλον ἐάν τις αὐτὸ μόνον ἐσθίῃ.

Κεφ. νδ΄. [Περὶ ἀκαλήφης, ἣν καὶ κνίδην ὀνομάζουσι.] Τῶν ἀγρίων βοτανῶν ἕν τι καὶ τοῦτό ἐστι, λεπτομερῆ δύναμιν ἔχον. εἰκότως οὖν ὡς τροφῇ μὲν οὐδεὶς αὐτῷ χρῆται χωρὶς τοῦ μεγίστῳ πιεσθῆναι λιμῷ. χρήσιμον δ᾽ ἐστὶν ὡς ὄψον τε καὶ φάρμακον ὑπακτικὸν γαστρός.

dicis quidem et coquis quodammodo sunt communes, finis tamen utrisque ac scopus est peculiaris, quandoquidem nos utilitatem, quae ex cibis provenit, spectamus, non voluptatem. Quibusdam tamen cibi insuavitas magna ex parte causa est, quo minus ipsum conficiant; ob eam igitur causam satius fuerit cibos mediocriter condire. Coquorum autem suavitas condimentis ut plurimum uti consuevit adeo pravis, ut ipsa coctioni plus noceant, quam commodent.

Cap. LIII. [De eruca.] Hoc olus manifestissime calefacit: proinde solum ipsum mandere, nisi lactucae foliis misceatur, non est facile. Semen autem generare creditur, et coëundi appetitum excitare. Capiti etiam dolorem infert, praesertim si quis ipso solo vescatur.

Cap. LIV. [De urtica, quam et cniden nominant.] Herbarum agrestium una haec est, tenuiumque est partium ac virium, unde nemo ipsa, ut alimento, jure utitur, nisi fame maxima prematur. Utilis autem est ut opsonium ac medicamentum, quod alvum dejicit.

Κεφ. νέ. [Περὶ γιγγιδίου καὶ σκάνδικος.] Πλεῖστον ἐν Συρίᾳ τὸ γιγγίδιον φύεται καὶ βιβρώσκεται παραπλήσιον τῷ παῤ ἡμῖν σκάνδικι. πάνυ δ᾽ ἐστὶν εὐστόμαχον, ἐάν τε ὠμὸν, ἐάν τε καὶ ζέσας αὐτὸ βούλῃ προσφέρεσθαι. μακροτέρας δ᾽ ἑψήσεως οὐκ ἀνίσχονται. προσφέρονται δ᾽ αὐτό τινες δι᾽ ἐλαίου καὶ γάρου, τινὲς δὲ καὶ οἶνον ἢ ὄξος ἐπεμβάλλοντες· καὶ πολύ γε μᾶλλον εὐστόμαχόν τ᾽ ἐστὶ καὶ τοὺς ἀποσίτους προτρέπει μετ᾽ ὄξους ἐσθιόμενον. εὔδηλον δ᾽, ὅτι καὶ τοῦτο τὸ βοτάνιον φάρμακόν ἐστι μᾶλλον, ἢ τροφὴ, καὶ γάρ τοι καὶ στύψεως καὶ πικρότητος σαφοῦς οὐκ ὀλίγης μετέχει.

Κεφ. νστ'. [365] [Περὶ ὠκίμου.] Ὄψῳ μὲν καὶ τούτῳ χρῶνται πολλοὶ, δι᾽ ἐλαίου καὶ γάρου προσφερόμενοι, κακοχυμότερον δέ ἐστι, καὶ διὰ τοῦτο προσεπιψεύδονταί τινες αὐτοῦ, φάσκοντες, εἰ τριφθὲν ἐμβληθείη χύτρᾳ καινῇ, τάχιστα γεννᾷν ἐν ὀλίγαις ἡμέραις σκορπίους, καὶ μάλισθ᾽ ὅταν ἐν ἡλίῳ τις ἑκάστης ἡμέρας θερμαίνῃ τὴν χύτραν. ἀλλὰ τοῦτο

Cap. LV. [De gingidio et fcandice.] Gingidii maximus eft in Syria proventus, manditurque non aliter, quam fcandix apud nos, ftomachumque admodum juvat, five crudum, five elixum ipfum mandere velis, elixationem autem diuturniorem non tolerat. Sunt qui ipfum mandant cum oleo et garo, alii autem vinum etiam vel acetum injiciunt, multoque magis ita ftomachum juvat, collapfamque appetentiam, fi cum aceto fumatur, excitat. Perfpicuum porro eft, quod haec herba medicamentum potius eft quam alimentum; habet enim perfpicue adftrictionem et amarorem non mediocrem.

Cap. LVI. [De ocimo.] Plerique hoc quoque utuntur ut opfonio, cum oleo et garo ipfum mandentes, pravioris autem eft fucci; quae res impulit quosdam, ut falfa de eo prodiderint, affirmantes ipfum celerrime paucis diebus fcorpiones generare, fi tritum in ollam novam immitteretur, et potiffimum, fi quis quotidie ollam ad folem calefecerit. Verum id quidem fallum eft; vere autem ipfum dixeris

μὲν ψεῦδός ἐστι, κακόχυμον δὲ καὶ κακοστόμαχον καὶ δύσπεπτον εἶναι λάχανον ἀληθῶς ἂν εἴποις αὐτό.

Κεφ. νζ'. [Περὶ μαράθρου.] Καὶ αὐτόματον μὲν ἐνίοτε φύεται τοῦτο, καθάπερ καὶ τὸ ἄνηθον, ἀλλὰ καὶ σπείρουσιν αὐτὸ κατὰ τοὺς κήπους, καὶ χρῶνται συνεχέστατα μὲν εἰς τὰς ἀρτύσεις ἀνήθῳ, μαράθρῳ δὲ ὡς ὄψῳ. καὶ γὰρ ἀποτίθενται παρ' ἡμῖν αὐτὸ, παραπλησίως πυρέθρῳ καὶ τερμίνθῳ συντιθέντες, ὡς εἰς ὅλον εἶναι ἐνιαυτὸν χρήσιμον, ὥσπερ καὶ τὰ κρόμμυα καὶ τὰς γογγυλίδας καὶ ἕτερά τε τοιαῦτα, τὰ μὲν δι' ὄξους μόνου, τὰ δὲ δι' ὀξάλμης συντιθέμενοι.

Κεφ. νη'. [Περὶ ἀσπαράγων.] Εἴτε διὰ τοῦ φ λέγειν ἐθέλοις, εἴτε διὰ τοῦ π τὴν δευτέραν συλλαβὴν τῶν ἀσπαράγων, καθάπερ ἅπαντες, οὐ νῦν πρόκειται σκοπεῖν, οὐδὲ γὰρ τοῖς Ἀττικίζειν τῇ φωνῇ σπουδάζουσιν, ἀλλὰ τοῖς ὑγιαίνειν ἐθέλουσι γράφεται ταῦτα, κἂν, τοῦτο δὴ τὸ τοῦ Πλάτωνος, μήτε γράμματα, μήτε νοῦν ἐπίστανται. καλούντων οὖν τῶν Ἑλλήνων σχεδὸν ἁπάντων τοὺς ἁπαλοὺς καυλοὺς,

olus ſtomacho eſſe noxium, pravique ſucci et concoctu difficile.

Cap. LVII. [De foeniculo.] Quemadmodum anethum, ita foeniculus interdum ſua ſponte naſcitur; ſerunt tamen et ipſum in hortis, utunturque aſſidue anetho quidem in condimentis, foeniculo autem etiam ut opſonio; nam apud nos reponunt ipſum eodem modo, quo pyrethrum et terebinthum, componentes adeo, ut in totum annum ſit utilis, quemadmodum cepas componunt et rapas et alia id genus, quorum alia quidem cum aceto ſolo, alia cum aceto et muria ſimul componunt.

Cap. LVIII. [De aſparagis.] Utrum ſyllaba ſecunda nominis aſparagi per ph ſit pronuncianda, an per p, ut omnes nunc proferunt, diſquirere nunc non eſt propoſitum; haec enim ſcribimus iis, quibus ſanitatem tueri eſt propoſitum, non ſermonis Attici affectatoribus, qui ſane in eo videntur neque Platonis ſcripta, neque ipſius mentem intelligere. Quum igitur Graeci propemodum omnes teneros

ὅταν αὐξάνωνται πρὸς τὴν τοῦ καρποῦ τε καὶ σπέρματος ἐκβολὴν, ἀσπαράγους διὰ τοῦ π, τὴν δύναμιν αὐτῶν ἐροῦμεν, ἐπιτρέψοντες ὅπως ἂν ὀνομάζειν ἐθέλωσιν οἱ χρώμενοι. πολλὰ μὲν οὖν τῶν λαχάνων τε καὶ ὅλως τῶν φυτῶν γεννᾷν πέφυκεν ἐκβλαστήματα τοιαῦτα, πάντα δὲ οὐκ ἐσθίουσιν αὐτά. καὶ διὰ τοῦτο περὶ τῶν συνηθεστέρων ὁ λόγος ἡμῖν ἔσται, καθάπερ ἐπὶ τῶν ἔμπροσθεν ἐποιήσαμεν. ὁ μὲν οὖν τῆς κράμβης, ὃ καὶ κῦμα καλοῦσιν ἔνιοι, κατὰ συναίρεσιν, ἐμοὶ δοκεῖν, τοῦ διὰ τριῶν συλλαβῶν ὀνόματος λεγομένου τοῦ κυήματος, τῆς κράμβης αὐτῆς ἧττον ξηραίνει· καίτοι τῶν ἄλλων λαχάνων ξηρότερος τὴν κρᾶσιν ὁ καυλὸς τῶν φύλλων ἐστὶν ὡς ἐπὶ τὸ πολὺ, καὶ μάλισθ᾽ ὅταν ἐγγὺς ἥκῃ τοῦ τὸν καρπὸν ἀποχεῖν. λέγω δὲ ἄλλα λάχανα τοιαῦτα εἶναι, θριδακίνην, ἀτράφαξυν, βλίτον, τεῦτλον, μαλάχην. ἔμπαλιν τὸν ῥαφανίδος τε καὶ ἀσπαράγου καὶ γογγυλίδος καὶ νάπυος καὶ καρδάμου καὶ πυρέθρου καὶ πάντων σχεδὸν, ὅσα δριμέα καὶ θερμὰ, ὑγρότερον εἶναι συμβέβηκε. ποιεῖ δὲ καὶ βολβὸς καὶ σέλινον καὶ σίον, εὔζωμόν τε καὶ ὤκιμον, ὀξυλάπαθόν τε καὶ λάπαθον,

caules; quo tempore ad fructus ac feminis productionem augefcunt, afparagos per p appellent, ipforum facultatem exponemus, iis, qui ipfis utuntur, quo lubet nomine, appellare permittentes. Multa fane olera et in fumma plantae multae fuapte natura hujuscemodi germina producunt quidem, non omnia tamen manduntur. Ob eam caufam (ut in aliis antea fecimus) de ufitatioribus verba faciemus. Brafficae igitur germen (quod nonnulli *κῦμα* etiam nominant, arbitror, per contractionem nominis trifyllabi *κυήματος*) minus quam braffica ipfa ficcat, tametfi aliorum olerum caulis temperamento eft ut plurimum, quam folia, ficciore, potiffimum quam jam prope fructus decidit: dico autem alia olera effe haec, lactucam, atriplicem, blitum, betam, malvam. Contra vero accidit, ut radiculae, afparagi, et rapae, finapi, cardami, pyrethri, et omnium propemodum acrium et calidorum fit humidior. Bulbus autem et apium, fion, eruca, ocimum, oxylapathum, lapathum et omnes

ἅπασαί τε λαχανώδεις πόαι τοιοῦτόν τινα, πρὶν ἐκκαρπεῖν, καυλόν· ἐκκαρπησάντων δὲ, ξηραίνεταί τε καὶ ἄχρηστος εἰς ἐδωδὴν ἀνθρώπων γίνεται. πάντα δὲ [366] τὰ τοιαῦτα δι' ὕδατος ἑψηθέντα μετ' ἐλαίου καὶ γάρου προσφέρονται, βραχέος ὄξους ἐπεμβάλλοντες· ἡδύτερα γὰρ οὕτως καὶ εὐστομαχώτερα γίνονται, τροφὴν μέντοι τῷ σώματι δίδωσιν ὀλίγην τε καὶ οὐκ εὔχυμον.

Κεφ. νθ'. [Περὶ ἑτέρου γένους ἀσπαράγων.] Ἕτερον δὲ γένος ἀσπαράγων, ἐπὶ τοῖς θαμνώδεσι φυτοῖς γιγνόμενον, ὀξυμυρσίνη τε καὶ χαμαιδάφνη καὶ ὀξυάκανθα. καὶ τούτων ἕτεροί τινες, ὁ μὲν βασιλικὸς, ὁ δὲ ἕλειος ὀνομαζόμενος, ὥσπερ γε καὶ ὁ τῆς βρυωνίας ἕτερος τῶνδε. πάντες δέ εἰσιν εὐστόμαχοί τε καὶ διουρητικοὶ καὶ βραχὺ τὸ τρόφιμον ἔχοντες. εἰ μέντοι πεφθεῖεν καλῶς οἱ τοιοῦτοι, τροφιμώτεροι τῶν ἐπὶ τοῖς λαχάνοις ἀσπαράγων εἰσὶν, ὅσῳ καὶ ξηρότεροι. ὁμοιότης δέ τίς ἐστι τοῖς τε τῶν θάμνων καὶ τοῖς τῶν δένδρων βλαστήμασιν, οὐκ ἀκριβὴς ταυτότης. καὶ γὰρ ξυλω-

oleracei generis herbae, antequam femen effundant, ejusmodi caulem quendam producunt, qui poft femen effufum ficcatur, fitque ad cibum hominibus inutilis. Haec autem omnia aquae incocta mandunt cum oleo, garo, pauco aceto adjecto, ita enim jucundiora funt, ftomachumque magis juvant. Alimentum tamen paucum dant corpori, et id non boni fucci.

Cap. LIX. [De alio genere afparagorum.] Aliud autem afparagorum eft genus, quod in plantis fruticofis provenit, oxymyrfine, chamaedaphne et oxyacantha. Ab his praeterea alii funt diverfi, quorum alius regius, alius paluftris nominatur, quemadmodum et alius eft bryoniae, ab his diverfus. Omnes autem ftomachum juvant, urinasque cient, et parum nutriunt. Si tamen ii belle conficiantur, tanto firmius alunt, quam olerum afparagi, quo ipfi funt ficciores. Porro arborum ac fruticum germina inter fe quodammodo funt fimilia, non tamen omnino eadem; arbo

δέστερα τὰ τῶν δένδρων, διὸ καὶ ῥητέον ἐφεξῆς ὑπὲρ αὐτῶν ἰδίᾳ.

Κεφ. ξ΄. [Περὶ βλαστῶν.] Οἱ βλαστοὶ τῶν δένδρων τε καὶ θάμνων ἀναλογίαν ἔχουσι τοῖς ἐπὶ τῶν λαχάνων ἀσπαράγοις· ἐκβλαστήματα γάρ εἰσι κἀκεῖνοι πρὸς καρποῦ γένεσιν ἐξορμῶντος τοῦ φυτοῦ. διαφέρουσι δὲ τῷ τῶν δένδρων μὲν τὸ στέλεχος ἀεὶ διαμένειν, ἀνάλογον ὑπάρχον τῷ κατὰ τὰ λαχανώδη τε καὶ ποώδη καυλῷ, τὸν δ᾽ ἐπὶ τούτων καυλὸν ἐπέτειον εἶναι. πάντες οὖν οἱ βλαστοὶ τῶν δένδρων τε καὶ θάμνων, ἑψηθέντες ἐν ὕδατι, βιβρώσκεσθαι δύνανται, πλὴν εἴ τινες ἦτοι ἀηδεῖς, ἢ φαρμακώδεις εἰσίν· οὐ μὴν ἐσθίουσιν αὐτοὺς οἱ ἄνθρωποι διὰ τὴν τῶν ἄλλων ἐδεσμάτων, ὅσα βελτίω τούτων, ἀφθονίαν. ἐν λιμῷ δὲ ὑπὸ τῆς ἀνάγκης ἐπὶ τὴν ἐδωδὴν αὐτῶν ἔρχονται· τρέφουσι γάρ πως, ἐὰν καὶ αὐτοὶ καλῶς πεφθῶσι. καλλίους δ᾽ αὐτῶν εἰσιν οἱ τῆς τερμίνθου τε καὶ ἄγνου καὶ ἀμπέλου καὶ σχοίνου καὶ βάτου καὶ κυνοσβάτου. παῤ ἡμῖν δὲ καὶ συντιθέντες εἰς ὄξος ἢ ὀξάλμην τοὺς τῆς τερμίνθου βλαστοὺς ἀποτίθενται.

rum enim germina ſunt lignoſiora; proinde de ipſis quoque ſeorſum nobis deinceps eſt dicendum.

Cap. LX. [De germinibus.] Arborum ac fruticum germina olerum aſparagis proportione reſpondent. Sunt enim haec quoque productiones quaedam, quum planta ipſa fructum parat producere; eo tamen differunt, quod arborum quidem ſtipes (qui cauli oleraceorum et herbaceorum proportione reſpondet) perpetuo manet, in illis autem caulis eſt annuus. Omnia igitur arborum ac fruticum germina aquae incocta mandi poſſunt praeter inſuavia quaedam ac medicamentoſa; quum tamen vulgo aliis cibis praeſtantioribus affluunt, illis abſtinent; veſcuntur tamen urgente fame, nam nutriunt et ipſa aliquantum, ſi confecta probe fuerint. Omnium autem praeſtantiſſima ſunt terebinthi, et viticis, vitis, junci, rubi, et canirubi germina. Noſtrates autem terebinthi germina in aceto vel muria condentes reponunt.

Κεφ. ξα'. (334) [Περὶ τῆς ἐν τοῖς μέρεσι τῶν ἐσθιομένων φυτῶν διαφορᾶς.] Ἐβουλόμην ἂν ἀληθῆ τὸν Μνησιθέου λόγον ὑπάρχειν, ὃν ἐν τῷ περὶ τῶν ἐδεσμάτων ἔγραφεν. οἱ γὰρ καθόλου λόγοι διὰ βραχείας λέξεως πολλὰ διδάσκουσιν, ὅταν γε ἀληθεῖς ὦσιν, ὥσπερ γε μεγάλα βλάπτουσιν οὐκ ἀληθεύοντες. ἔστι δὲ, ἃ λέγει καθόλου περὶ τῶν ἐν τοῖς φυτοῖς μορίων ὁ Μνησίθεος, ταῦτα. Πρῶτον μὲν οὖν αἱ ῥίζαι πᾶσαι δύσπεπτοί τέ εἰσι καὶ ταρακτικαὶ, λέγω δὲ οἷον ῥαφανίδες, σκόροδα, κρόμμυα, γογγυλίδες, καὶ πᾶν τὸ τοιοῦτον γένος. ὅσων γὰρ ἡ ῥίζα καὶ τὸ κατὰ τῆς γῆς πεφυκὸς ἐδώδιμόν ἐστι, πάντα τὰ τοιαῦτα εἰς τὴν δύσπεπτον ἰδέαν καταχωρίζεται. συμβαίνει γὰρ τὰς τροφὰς ἐκ τῶν ῥιζῶν ἅπασι τοῖς μέρεσι τῶν φυομένων ἀναπέμπεσθαι. συνάγουσιν οὖν εἰς αὑτὰς ὑγρότητα πολλὴν αἱ ῥίζαι, καὶ ταύτην δύσπεπτον ἔχουσι τὴν πλείστην· οὐδὲ γὰρ [367] ἐνδέχεται πεπεμμένην αὐτὴν εἶναι πᾶσαν. τὸ γὰρ πεπεμμένον δοκεῖ τετελειῶσθαι, τὸ δ' ἐν ταῖς ῥίζαις ὑγρὸν ἑτέρωθεν δεῖ λαβεῖν τὸ τέλος τῆς πέψεως, διαδοθὲν ἐπὶ τὰ μόρια τοῦ φυ-

Cap. LXI. [De discrimine, quod partibus plantarum esculentarum inest.] Optarem vera esse, quae Mnesitheus in opere de alimentis conscripsit. Universalia enim praecepta, si vera sunt, multa paucis verbis docent, quemadmodum, si falsa sunt, multum sunt nocua. Quae igitur Mnesitheus de partibus plantarum in universum praecipit, haec sunt: *Primum igitur radices omnes concoctu sunt difficiles, turbationemque inferunt, verbi gratia radiculae, allia, cepae, rapa, et reliqua ejusdem generis. Quorum enim radix, seu quod intra terram provenit, est esculentum, omnia haec inter ea, quae concoctu sunt difficilia, numerantur. Nam quum radices sursum omnibus plantarum partibus mittant alimentum, accidit, ut humorem multum in se ipsis colligant, eumque crudum habeant plurimum; neque enim fieri potest, ut ipse totus sit concoctus, quandoquidem, quod coctum est, id perfectum esse videtur; atqui humor, qui radicibus inest, alibi in partes plantae distributus coctionem perfectam acquirat necesse*

μένου· πάντα γὰρ ἀπὸ τῆς ῥίζης τρέφεται. διόπερ ἀναγκαῖον ἀπέπτους αὐτόθι τὰς ὑγρότητας εἶναι· συνειλεγμέναι γὰρ ἐνταῦθα, προσμένουσι τὸ τέλος τῆς ἄνω πέψεως. ὥστ᾽ ἐν ταῖς ῥίζαις εὔλογον ἀκατεργάστους εἶναι τὰς πλείστας ὑγρότητας, εἰκότως οὖν καὶ τοῖς ἡμετέροις σώμασιν ἀπὸ τούτων τὴν τροφὴν ὑγρὰν καταλείπεσθαι καὶ ταραχώδη. αὕτη σοι καὶ ἡ τοῦ Μνησιθέου ῥῆσις, ἄχρι μὲν τοῦ λόγου πιθανὴ, τῇ πείρᾳ δὲ κρινομένη ψευδής. αἱ γοῦν ῥαφανίδες τὴν ῥίζαν ἔχουσι πολὺ δριμυτέραν τοῦ τε καυλοῦ καὶ τῶν φύλλων· ὡσαύτως δὲ καὶ τὸ κρόμμυον, ἀμπελόπρασόν τε καὶ πράσον καὶ σκόροδον. εἰ δὲ καὶ τεύτλου καὶ μαλάχης καὶ γογγυλίδος ἐθέλοις παραβάλλειν τὴν ῥίζαν τοῖς φύλλοις, ἰσχυροτέραν εὑρήσεις τὴν δύναμιν, ὥσπερ γε καὶ τῆς ἀλθαίας, ἥπερ ἀγρία τις εἶναι δοκεῖ μαλάχη. δηλοῖ γοῦν καὶ αὐτῆς ἡ ῥίζα τὴν δύναμιν, ὥσπερ καὶ ἡ τοῦ τεύτλου, διαφοροῦσα πολλοὺς τῶν φλεγμονωδῶν ὄγκων, οὐ μήν γε τὰ φύλλα αὐτῶν ἱκανὰ δρᾶσαι τοῦτο. καὶ μέντοι καὶ τῶν φαρμακωδῶν φυτῶν ὅσα τὰς ῥίζας ὁμοίας τοῖς εἰρημένοις ἔχει, καὶ τούτων ἀσθενέστερα τὰ φύλ-

eſt; partes enim omnes a radicibus alimentum recipiunt. Neceſſe igitur eſt ibidem humores crudos acervari; quo loco collecti, coctionem abſolutam, quae fit in partibus ſupernis, expectant. Non abs re igitur in radicibus plurimum humoris inconfecti continetur. Merito ſane et corporibus noſtris alimentum ab iis relinquitur humidum ac turbationis plenum. Haec tibi Mneſithei eſt ſententia, quae verbis quidem videtur probabilis, experientia autem falſa eſſe convincitur. Siquidem radiculae radicem habent caule ipſo ac foliis multo acriorem: ſimiliter et cepa, ampeloprafum, porrum, et allium: quod ſi betae quoque et malvae et rapae radicem comparare ad ſolia volueris, plus virium in ea invenies, quemadmodum et in althaeae, quae agreſtis quaedam malva eſſe videtur; nam radix ipſius, ut et betae, quum tumores multos inflammatos diſcutiat, facultatem ſuam indicat, id quod ipſorum folia nequeunt efficere! Quin et plantarum medicamentoſarum, quibus radices praedictis ſunt ſimiles, folia ſunt imbecilliora, ut cyclamini, ſcillae;

λα, κυκλαμίνου καὶ σκίλλης καὶ ἄρου καὶ δρακοντίου καὶ ἄλλων πάνυ πολλῶν. ὥσπερ γὰρ ἐπ' ἄλλων φυτῶν τὸ πλεῖστον τῆς οὐσίας ἔν τε τοῖς καυλοῖς καὶ τοῖς στελέχεσιν, οὕτως ἐπὶ τούτων ἐν τῇ ῥίζῃ, καὶ ταύτην ἡ φύσις αὐτῶν μάλιστα αὐξάνει τε καὶ τρέφει, καὶ τὸ μὴ καλῶς ἐν αὐταῖς κατεργασθὲν εἴς τε τὰ φύλλα καὶ τοὺς καυλοὺς ἀποκρίνει. τὴν μὲν οὖν ῥίζαν ἔχει ταῦτα καὶ διὰ τοῦ χειμῶνος μεγάλην, τὸν καυλὸν δὲ φύει κατὰ τὸ ἔαρ, ἡνίκα πρὸς τὸν καρπὸν ἐξορμᾷ. φαίνεται δὲ κἀπὶ τῶν ζώων ἡ φύσις ἐνίοτε τὸ περίττωμα τῆς ὅλης οὐσίας τοῦ ζώου, καθάπερ καὶ Ἀριστοτέλης ἔλεγεν, εἴς τινων μορίων οὐκ ἀναγκαίων καταχρῆσθαι γένεσιν, ὡς ἐπὶ τῶν ἐλάφων μὲν εἰς τὰ κέρατα, κατ' ἄλλα δὲ τῶν ζώων εἰς πλῆθος καὶ μέγεθος ἀκανθῶν ἢ τριχῶν. ἐπισκοπεῖσθαι τοίνυν ἀσφαλέστερόν ἐστιν ἕκαστον τῶν ἐν τοῖς φυτοῖς μορίων αὐτὸ καθ' αὑτὸ, γευόμενον μὲν καὶ ὀσμώμενον πρότερον, εἶτα καὶ διὰ τῆς ἐδωδῆς πειρώμενον. ἡ μὲν γὰρ ὄσφρησίς τε καὶ ἡ γεῦσις, ὁποῖόν τινα τὸν χυμόν τε καὶ τὸν ἀτμὸν ἔχει τὸ μόριον τοῦ φυτοῦ, διδάσκουσαι συνενδείκνυνται τούτοις εὐθέως καὶ τὴν ὅλην κρᾶσιν αὐτοῦ. διὰ δὲ τῆς πείρας,

ari, dracontii, ac complurium aliarum. Ut enim in aliis plantis substantiae pars maxima in caule est ac stipite, ita in his in radice, quam radicem ipsarum natura auget maxime ac nutrit; et quod in ea probe confectum non fuerit, in folia et caulem excernit. Haec igitur hyeme radicem habent magnam, vere autem, quum semen parant producere, caulem proferunt. Videtur autem natura in animalibus quoque interdum totius substantiae animalis excrementis (quemadmodum et Aristoteles prodidit) ad partium quarundam non necessariarum procreationem abuti: ut in cervis quidem ad cornua, in aliis autem animalibus ad pilos ac spinas multas et magnas producendas. Tutius itaque est gustantem prius atque olfacientem singulas plantarum partes ipsas per se explorare; post autem mandentem experiri; quandoquidem olfactus ac gustus, cujusmodi saporem ac odorem pars plantae habeat, edocentes cum iis etiam temperamentum omne statim ostendunt. Expe-

Ed. Chart. VI. [367. 368.] Ed. Baf. IV. (334.)

ἐάν γέ τις αὐτὴν ποιῆται μετὰ τῶν οἰκείων διορισμῶν, ἀκριβῶς ἡ δύναμις εὑρίσκεται, συνενδεικνυμένης αὐτοῖς ἐνίοτε καὶ τῆς συστάσεως τοῦ φυτοῦ μετὰ καὶ τοῦ κατ᾽ αὐτὸ χυλοῦ. τινὰ μὲν γὰρ ὑγρὸν καὶ ὑδατώδη, τινὰ δὲ παχὺν ἢ γλίσχρον ἔχει τὸν χυμὸν, ὧν καὶ αὐτῶν ἰδίᾳ πάλιν γεύεσθαι προσήκει. ἔνιοι μὲν γὰρ αὐτῶν εἰσι δριμεῖς, ἢ ὀξεῖς, ἢ πικροὶ, ἔνιοι δὲ ἁλυκοί τε καὶ ἁλμυροὶ, καθάπερ γε τινὲς μὲν αὐτῶν αὐστηροὶ, τινὲς δὲ στρυφνοὶ, τινὲς δὲ ὑδατώδεις, ἢ γλυκεῖς. οὐκ οὖν χρὴ πεισθέντας τῷ Μνησιθέῳ πιστεύειν ὡς ὑγιεῖ καθόλου τῷ λόγῳ, πειρᾶσθαι δὲ μᾶλλον ἑκάστου τῶν ἐν τοῖς φυτοῖς μορίων αὐτοῦ καθ᾽ ἑαυτό.

Κεφ. ξβ΄. [Περὶ γογγυλίδων.] Εἴτε γογγυλίδα καλεῖν, εἴτε βουνιάδα βούλοιο τὸ φυτὸν τοῦτο, λαχανῶδες μὲν αὐτοῦ τὸ τῆς γῆς ἐξέχον, ἡ δ᾽ ἐν [368] αὐτῇ περιεχομένη ῥίζα, πρὶν μὲν ἑψηθῆναι, σκληρὰ καὶ ἄβρωτος ὑπάρχει, δι᾽ ὕδατος δ᾽ ἑψηθεῖσα θαυμάσαιμ᾽ ἂν εἴ τινος τῶν ὁμογενῶν φυτῶν ἔλαττον τρέφοι. πολυειδῶς δὲ καὶ ταύτην σκευάζουσιν ἄν-

rientia autem, fi modo quis ipfam cum propriis diftinctionibus fecerit, facultas ipfa plane invenitur. Interdum etiam cum iis ipfius plantae confiftentia cum fucco, qui ipfi ineft, indicat: quaedam enim fuccum habent humidum quendam et aqueum, aliae craffum vel lentum; quos etiam fuccos privatim rurfum guftare conveniet: quidam enim ex ipfis funt acres, aut acidi, aut amari, alii falfi, quemadmodum et quidam ipforum funt aufteri, alii acerbi, alii aquei, aut dulces. Non eft igitur audiendus Mnefitheus, tanquam verum in univerfum dicat, fed potius fingulae plantarum partes ipfae per fe experientia examinandae.

Cap. LXII. [De rapis.] Hujus plantae (quam *γογγυλίδα* aut *βουνιάδα* appelles licet) oleraceum quidem eft quod terra extat, radix autem, quae terra continetur, dura quidem eft, nifi coquatur, et non efculenta, aquae autem incocta miraberis quod nullà plantarum congenerum minus nutriat. Hanc quoque varie vulgo apparant, adeo, ut in mu-

θρωποι ἄχρι τοῦ συντιθέναι δι᾽ ἅλμης ἢ ὄξους, ὡς ἔχειν εἰς ὅλον ἐνιαυτὸν χρῆσθαι. χυμὸν δ᾽ ἀναδίδωσιν εἰς τὸ σῶμα παχύτερον τοῦ συμμέτρου, διὸ κἂν καὶ πλεονάσῃ τις ἐπὶ τῆς ἐδωδῆς αὐτοῦ, καὶ μάλιστα ἐάν τις ἐνδεῶς ἐν τῇ γαστρὶ πέττῃ αὐτὴν, ἀθροίσει τὸν καλούμενον ὠμὸν χυμόν. εἰς ὑποχώρησιν δὲ γαστρὸς οὔτ᾽ ἐναντιοῦσθαι ἄν αὐτήν τις οὔτε συντελεῖν φαίη, καὶ μάλισθ᾽ ὅταν ἑψηθῇ καλῶς. χρήζει γὰρ αὐτὴ πλείονος ἑψήσεως, καὶ γίνεται καλλίστη δὶς ἑψηθεῖσα, καθότι λέλεκται πρόσθεν ὑπὲρ τῆς τοιαύτης σκευασίας. εἰ δ᾽ ὠμοτέρα ληφθείη, δυσπεπτότερός ἐστι καὶ φυσώδης καὶ κακοστόμαχος, ἐνίοτε δὲ καὶ δῆξιν ἐργάζεται κατὰ τὴν γαστέρα.

Κεφ. ξγ΄. [Περὶ ἄρου.] Ἔστι μὲν ἡ ῥίζα καὶ τούτου τοῦ φυτοῦ παραπλησίως ἐσθιομένη τῇ τῆς γογγυλίδος, ἐν χώραις δέ τισι φύεται δριμυτέρα πως, ὡς ἐγγὺς εἶναι τῇ τοῦ δρακοντίου. καὶ χρὴ τὸ πρότερον αὐτῆς ὕδωρ ἀποχέοντα κατὰ τὴν ἕψιν εἰς ἕτερον ἐπεμβάλλειν θερμὸν, ὡς ἐπὶ κράμβης τε καὶ φακῆς εἴρηται. κατὰ δὲ Κυρήνην ἐμ-

ria vel aceto condientes in totum annum ipſa utantur. Succum autem in corpus diſtribuit mediocri craſſiorem: proinde ſi quis ipſa liberalius veſcatur, ſuccum crudum, quem vocant, acervabit, potiſſimum ſi ipſam minus juſto in ventriculo confecerit. Quod vero ad ventrem attinet, nemo ipſam aut dejicere aut ſiſtere dixerit, praeſertim quum cocta belle fuerit: coctionem enim diuturniorem poſtulat, eaque eſt laudatiſſima, quae cocta bis fuerit, quemadmodum prius de ejusmodi praeparatione docuimus. Quod ſi ſumpta crudior fuerit, concoctu eſt difficilior ac flatulenta ſtomachoque noxia, nonnunquam autem et ventrem mordicat.

Cap. LXIII. [De aro.] Manditur et hujus plantae radix eodem modo, quo rapi. In quibusdam autem regionibus acrior quodammodo provenit, ut prope ad dracontii radicem accedat. Et dum ipſam coquis, priore aqua effuſa, in aliam calidam convenit conjicere, quemadmodum in braſſica ac lente diximus. Ad Cyrenen autem planta haec

παλιν ἔχει τὸ φυτὸν πρὸς τὴν παρ᾿ ἡμῖν χώραν. ἥκιστα γὰρ ἔχει φαρμακῶδές τι καὶ δριμὺ τὸ ἄρον ἐν ἐκείνοις τοῖς τόποις, ὡς καὶ τῶν γογγυλίδων εἶναι χρησιμώτερον, καὶ διὰ τοῦτο καὶ εἰς Ἰταλίαν κομίζουσι τὴν ῥίζαν, ὡς ἂν καὶ διαμένειν δυναμένην χρόνῳ πλείονι χωρὶς τοῦ σαπῆναί τε καὶ βλαστῆσαι. πρόδηλον δ᾿, ὅτι πρὸς μὲν τροφὴν ἡ τοιαύτη κρείττων ἐστὶν, εἰ δέ τις ἀναβήττειν ἐκ θώρακός τε καὶ πνεύμονος βούλοιτό τι τῶν ἀθροιζομένων ἐν αὐτοῖς παχέων ἢ γλίσχρων ὑγρῶν, ἡ δριμυτέρα καὶ φαρμακωδεστέρα βελτίων. ἐσθίεται δὲ δι᾿ ὕδατος ἑψηθεῖσα μετὰ νάπυος, ἢ μετ᾿ ὄξους, σὺν ἐλαίῳ καὶ γάρῳ, καὶ μέντοι καὶ μεθ᾿ ὑποτριμμάτων, ἁλῶν τε καὶ τῶν διὰ τοῦ τυροῦ σκευαζομένων. οὐκ ἄδηλον δ᾿, ὅτι καὶ ὁ ἐξ αὐτῆς ἀναδιδόμενος εἰς ἧπάρ τε καὶ ὅλον τὸ σῶμα χυμὸς, ἐξ οὗ τρέφεται τὰ ζῶα, παχύτερός πώς ἐστιν, ὡς ἐπὶ τῶν γογγυλίδων εἴρηται, καὶ μάλισθ᾿ ὅταν ὦσιν αἱ ῥίζαι, καθάπερ αἱ ἀπὸ τῆς Κυρήνης, ἀφάρμακοι. παρ᾿ ἡμῖν γὰρ ἐν Ἀσίᾳ πολλὰ τῶν ἄρων δριμύτερά ἐστι καὶ ἤδη φαρμακώδη τὴν δύναμιν ἔχει.

a nostrate est diversa: nam in illis locis arum minime est medicamentosum et acre, ut rapis etiam sit utilius: idcirco hanc quoque radicem in Italiam advehunt, ut quae longiori tempore imputris et sine germine possit perdurare. Perspicuum autem est, quod talis in cibo quidem est praestantior: si quis tamen humores crassos vel lentos in thorace et pulmonibus collectos tussi velit ejicere, acrior ac medicamentosa magis est praeferenda. Manditur autem et aquae cum sinapi vel aceto incocta, cum oleo et garo, atque etiam cum condimentis saleque et iis, quae ex caseo parantur. Non obscurum etiam est, quod succus, qui ex ipsa in hepar et totum corpus distribuitur, ex quo animalia aluntur, crassior quodammodo est, quemadmodum de rapis diximus, potissimum quum radices ipsae qualitatis medicamentosae fuerint expertes, cujusmodi sunt, quae Cyrenis afferunt; quandoquidem apud nos in Asia arum magna ex parte est acrius, facultatemque habet jam medicamentosam.

Κεφ. ξδ'. (335) [Περὶ δρακοντίου.] Καὶ τούτου τὴν ῥίζαν ἕψοντες δίς που καὶ τρὶς, ὡς ἀποθέσθαι τὸ φαρμακῶδες, ἐσθίειν ἐνίοτε δίδομεν, ὥςπερ καὶ τὰς τῶν ἄρων, ὅταν ἰσχυροτέρας δέηται δυνάμεως τὰ κατὰ θώρακα καὶ πνεύμονα περιεχόμενα γλίσχρα καὶ παχέα. κοινὸν δὲ ἐπὶ πάντων ἐδεσμάτων μεμνῆσθαί σε χρὴ, τὰ μὲν δριμέα καὶ πικρὰ κατὰ τὴν ἐδωδὴν ἐλάττονα τροφὴν διδόναι τῷ σώματι, τὰ δ' ἄποια καὶ μᾶλλον αὐτῶν τὰ γλυκέα πολλὴν, ἔτι δὲ μᾶλλον, ἐὰν ἐσφιγμένην ἔχωσι τὴν οὐσίαν, ὡς μήτε ὑγρὰ, μήτε παχέα, μήτε χαῦνα ταῖς συστάσεσιν ὄντα. τούτων οὖν [369] ἀεὶ μεμνημένος, ἔτι δὲ καὶ προσέχων, εἰ κατὰ τὰς ἑψήσεις, ἢ ὀπτήσεις, ἢ τὰς διὰ τηγάνου σκευασίας ἀποτίθεται τὰς ἰσχυρὰς ποιότητας ἕκαστα τῶν εἰς πεῖραν ἀγομένων, οὐ δεήσῃ παρ' ἐμοῦ περὶ πάντων ἀκοῦσαι κατ' εἶδος, ἀλλ', ὥσπερ ἐπὶ τῶν ἄλλων ἐποίησα, τὰ συνεχῶς ἐσθιόμενα μάλιστα ἐξηγήσομαι.

Κεφ. ξε'. [Περὶ ἀσφοδέλου.] Τῇ τῆς σκίλλης ῥίζῃ παραπλησία πώς ἐστιν ἡ τοῦ ἀσφοδέλου μέγεθος καὶ σχῆ-

Cap. LXIV. [De dracontio.] Hujus quoque radicem bis terve elixantes, quoad medicamentofum omne depofuerit, nonnunquam exhibemus mandendam, quemadmodum et ari, quando humores craffi et lenti, qui in thorace ac pulmonibus habentur, vi majore indigent. Commune autem id omnibus cibariis memoria eft tenendum, quod acria quidem et amara, fi edantur, corpus parcius nutriunt, infipida autem et iis adhuc magis dulcia multum, et multo magis, fi compactam habeant fubftantiam, ut neque humida fint confiftentia, neque craffa, neque laxa. Haec certe fi perpetuo memoria tenueris, et praeterea attenderis, num fingula, quae explorantur, dum elixantur, aut affantur, aut in fartagine parantur, fuae qualitatis vehementiam deponant, nihil erit, quod a me de omnibus fpeciatim audire defideres; fed (quod in aliis feci) ea potiffimum exponam, quibus affidue vefcimur.

Cap. LXV. [De afphodelo.] Radix afphodeli et magnitudine et figura et amarore fcillae radici quodammo-

μα καὶ πικρότητα. σκευαζομένη μέντοι, καθάπερ οἱ θέρμοι, τὸ πλεῖστον τῆς πικρότητος ἀποτίθεται, καὶ ταύτῃ σκίλλης διαφέρει· δυσέκνιπτος γάρ ἐστιν ἱκανῶς ἡ ἐκείνης ποιότης. Ἡσίοδος μὲν οὖν ἔοικεν ἐπαινεῖν τὸν ἀσφόδελον ἐν οἷς φησιν·

Οὐδ᾽ ὅσον ἐν μαλάχῃ τε καὶ ἀσφοδέλῳ μέγ᾽ ὄνειαρ.

ἐγὼ δ᾽ οἶδα διὰ λιμὸν ἀγροίκους τινὰς ἑψήσεσί τε πλείοσι καὶ ἀποβρέξεσιν ἐν ὕδατι γλυκεῖ μόλις αὐτὴν ἐδώδιμον ἐργασαμένους. ἥ γε μὴν δύναμις καὶ ταύτης τῆς ῥίζης ἐστὶν ἐκφρακτική τε καὶ λεπτυντικὴ, καθάπερ καὶ ἡ τοῦ δρακοντίου. διὸ καὶ τὸν ἀσπάραγον αὐτοῦ τοῖς ἰκτεριώδεσι διδόασί τινες, ὡς μέγιστον ἴαμα.

Κεφ. ξστ΄. [Περὶ βολβῶν.] Ἐκ ταὐτοῦ γένους εἰσὶ καὶ οἱ βολβοὶ τοῖς προειρημένοις. ἐσθίεται γὰρ αὐτῶν ἡ ῥίζα χωρὶς τῶν φύλλων, ἐν ἦρι δέ ποτε καὶ ὁ ἀσπάραγος. ἔχει δ᾽ ἐν αὐτῷ πικράν τε καὶ αὐστηρὰν δύναμιν ἐπιφανῆ· διὸ καὶ τὸν στόμαχον ἐκλελυμένον ἐπεγείρει πως εἰς ὄρεξιν. οὐκ ἐναντιοῦται δὲ οὐδὲ τοῖς ἀναπτύειν τι δεομένοις ἐκ θώ-

do eft fimilis. Si tamen, ut lupini, paretur, maximam partem fui amaroris deponit, in eoque a fcilla difcrepat; nam fcillae qualitas difficillime eluitur. Hefiodus certe afphodelum laudat, quum fic ait:

Nec, quanta in malva atque albuco fint bona, norunt.

Equidem novi quosdam rufticos, qui graffante fame vix tandem compluribus elixationibus, lotionibus macerationibusque in aqua dulci efculentam ipfam reddiderint. Porro haec quoque radix, quemadmodum et dracontii, facultatem habet tenuandi atque aperiendi. Proinde quidam pro fummo remedio ipfius recentiffimum turionem ictero laborantibus exhibent.

Cap. LXVI. [De bulbis.] Bulbi quoque ejusdem cum praedictis funt generis. Manditur enim ipforum radix fine foliis, vere autem interdum et afparagus. Facultatem autem habet in fe amaram et aufteram, eamque infignem: unde etiam ftomachum exolutum ad appetendum quodammodo excitat. Et quanquam corporis fubftan-

ρακός τε καὶ πνεύμονος, καίτοι τὴν οὐσίαν τοῦ σώματος παχυτέραν τε καὶ γλισχροτέραν ἔχοιεν. ἀλλ' ἡ πικρότης ἀντιπράττει τῷ πάχει, τέμνειν τὰ γλίσχρα καὶ παχέα πεφυκυῖα, καθάπερ ἐν τοῖς περὶ τῶν φαρμάκων εἴρηται. διὸ κἂν δίσεφθοι γενηθῶσι, τροφιμώτεροι μέν εἰσι, ἐναντιοῦνται δὲ ἤδη τοῖς ἀναπτύεσθαι δεομένοις, ὡς ἂν ἀποτιθέμενοι τὸ πικρὸν ἅπαν. ἐσθίειν δ' αὐτοὺς ἄμεινον τηνικαῦτα δι' ὄξους ἅμα ἐλαίῳ καὶ γάρῳ, καὶ ἡδίους οὕτω γε καὶ τροφιμώτεροι καὶ ἀφυσότεροι καὶ πεφθῆναι ῥᾴους γίγνονται. πλεονάσαντες δὲ κατὰ τὴν ἐδωδὴν αὐτῶν ἔνιοι προδήλως ᾔσθοντο καὶ σπέρμα πλεῖον ἴσχοντες καὶ προθυμότεροι γιγνόμενοι πρὸς ἀφροδίσια. σκευάζουσι δὲ καὶ τούτους οἱ ἄνθρωποι πολυειδῶς. οὐ γὰρ μόνον ἑφθοὺς, ὡς ἔφην, δι' ὕδατος, ἀλλὰ καὶ λοπάδας ἐξ αὐτῶν ποικίλως ἠρτυμένας συντιθέασιν, ἐκ ταγήνου τέ τινες ἄλλοι προσφέρονται, πολλοὶ δ' ὀπτῶντες ἐπ' ἐσχάρας. ἀλλ' οὗτοί γε τὴν πολλὴν ἕψησιν οὐκ ἀναμένουσιν, ἀρκοῦνται δὲ πάνυ βραχείᾳ. τινὲς δ' οὐδ' ὅλως προέψουσι χαίροντες αὐ-

tiam habeat craffiorem ac lentam magis, non tamen adverfatur ne iis quidem, quibus ex thorace ac pulmonibus aliquid convenit expuere: fed quum amaritudo ipfa fuapte natura craffa ac lenta incidat, craffitiei adverfatur, quemadmodum in commentariis de medicamentis docuimus. Quapropter, fi elixi bis fuerint, magis quidem nutrient: verum quum amarorem omnem jam depofuerint, adverfabuntur iis, quae fputo funt ejicienda. Melius autem tunc fuerit ipfos ex aceto, oleo et garo mixtis mandere: fuaviores enim fic quidem fiunt, et magis nutrientes, flatusque magis expertes ac concoctu faciliores. Quidam autem ex ipforum efu liberaliore femen fibi inauctum, feque ad venerem alacriores redditos manifefte fenferunt. Varie autem ipfos vulgo apparant: nam non modo in aqua elixos, ut dixi, mandunt, verum etiam patinas ex ipfis varie condiunt: funt qui et frixos, alii affos fuper prunas mandunt. Verum hi quidem diuturnam elixationem non fuftinent, fed exigua admodum funt contenti: quidam autem, aufteritate ipforum

τῶν τῷ πικρῷ τε καὶ αὐστηρῷ διασωζομένῳ· προτρέπει γὰρ αὐτοὺς μᾶλλον ἐπὶ τὴν ἐδωδήν. ἀλλ' εἰ μὲν ὡς προτρέποντι χρήσαιντο, μέχρι δυοῖν ἢ καὶ τριῶν προελθόντες, εἴη ἄν τι πλέον αὐτοῖς· εἰ δὲ πλεονάσαιεν ἐπὶ τῶν οὕτω σκευασθέντων, καὶ μάλισθ' ὅταν, ὡς εἰώθασιν, ὠμοτέρους αὐτοὺς λαβόντες, αὐτοὶ πάλιν ἀπεπτήσονται. καί τινές γε καὶ φῦσαν καὶ στρόφον ἐπιφέρουσι μὴ πεφθέντες καλῶς. ἐκ μὲν δὴ τῶν οὕτως ἐσθιομένων οὐκ εὔχυμος ἡ τροφὴ γίνεται· τῶν δ' ἐπὶ πλεῖστον ἑψηθέντων ἢ καὶ δὶς, ὡς εἴρηται, παχύτερος μὲν ὁ χυμὸς, ἀμείνων δὲ τἆλλα καὶ τροφιμώτερος γίνεται.

Κεφ. ξζ'. [370] [Περὶ σταφυλίνου καὶ δαύκου καὶ κάρους.] Αἱ ῥίζαι καὶ τούτων ἐσθίονται, τροφὴν δ' ἥττονα γογγυλίδων ἔχουσι, καθάπερ γε καὶ τῶν Κυρηναίων ἄρων. θερμαίνουσι δὲ σαφῶς, καί τι καὶ ἀρωματίζον ἐμφαίνουσι. τὸ μὲν οὖν δύσπεπτον αὐταῖς ὁμοίως ὑπάρχει ταῖς ἄλλαις ῥίζαις. οὐρητικὰ δ' εἰσὶ καὶ, εἰ πλεονάζοι τις αὐτῶν ἐν τῇ χρήσει, κακόχυμα μετρίως. εὐχυμότερός γε μὴν ἐστιν ἡ κάρους τοῦ σταφυλίνου. τινὲς δὲ τὸν ἄγριον σταφυλῖνον

atque amarore fervatis delectati, omnino non elixant; incitant enim ipfos magis ad cibum capeffendum: juvabuntur tamen, fi duos aut tres dies ipfis, ut appetentiam excitantibus, ufi fuerint: quod fi iis ita paratis largius utantur, et potiffimum fi (ut folent) crudiores fumant, in cruditatem rurfus incident. Sunt qui flatus etiam et tormina, nifi belle fuerint concocti, inferant. Caeterum alimentum, quod ex iis ita manfis fit, non boni eft fucci: ex iis autem, qui plurimum aut, ut diximus, bis elixi fuerint, fuccus gignitur craffior quidem, verum praeftantior alioqui et qui valentius nutriat.

Cap. LXVII. [De paftinaca, dauco et caro.] Horum quoque radices manduntur, minus tamen, quam rapae et arum Cyrenaicum, nutriunt. Calefaciunt autem infigniter, et aromaticum quiddam oftentant: caeterum, quomodo et aliis radicibus, conficiendi difficultas ipfis ineft. Urinam autem cient: et fi quis ipfis copiofius utatur, vitiofum fuccum mediocriter gignent. Cari tamen radix melioris eft fucci, quam paftinacae. Quidam autem paftinacam agreftem vo-

ὀνομάζουσι δαῦκον, οὐρητικώτερον μὲν ὄντα, φαρμακωδέστερον δ' ἤδη καὶ πολλῆς ἑψήσεως δεόμενον, εἰ μέλλοι τις ἐσθίειν αὐτόν.

Κεφ. ξη'. [Περὶ ὕδνων.] Ἐν ῥίζαις ἢ βολβοῖς ἀριθμεῖν ἀναγκαῖόν ἐστι καὶ ταῦτα, μηδεμίαν ἔχοντα σαφῆ ποιότητα. χρῶνται τοιγαροῦν αὐτοῖς οἱ χρώμενοι πρὸς ὑποδοχὴν ἀρτυμάτων, ὥσπερ καὶ τοῖς ἄλλοις, ὅσα καλοῦσιν ἄποια καὶ ἀβλαβῆ καὶ ὑδατώδη κατὰ τὴν γεῦσιν. ἔστι δ' ἁπάντων αὐτῶν κοινὸν, ὡς μηδὲ τὴν ἀναδιδομένην εἰς τὸ σῶμα τροφὴν ἐξαίρετόν τινα δύναμιν ἔχειν, ἀλλ' ὑπόψυχρον μὲν εἶναι, τῷ πάχει δ', ὁποῖον ἄν τι καὶ αὐτὸ τὸ ἐδηδεσμένον ᾖ, παχύτερον μὲν τὸ ἐξ ὕδνων, ὑγρότερον δὲ καὶ λεπτότερον ἐκ κολοκύνθης, ἐπί τε τῶν ἄλλων ἀνάλογον.

Κεφ. ξθ'. [Περὶ μυκήτων.] Καὶ μυκήτων οἱ βωλῖται καλῶς ἑψηθέντες ἐν ὕδατι πλησίον ἥκουσι τῶν ἀποίων ἐδεσμάτων. οὐ μὴν οὕτω γε μόνοις αὐτοῖς ἄνθρωποι χρῶνται, σκευάζουσι δὲ καὶ ἀρτύουσι πολυειδῶς, ὥσπερ καὶ τἄλλα, ὅσα μηδεμίαν ἐξαίρετον ἔχει ποιότητα. φλεγματώδης δ'

cant daucum, qui urinam quidem movet potentius, medicamentosior tamen jam est, multumque, si quis eo vesci velit, est elixandus.

Cap. LXVIII. [De tuberibus.] Haec quoque radicibus aut bulbis sunt annumeranda, ut quae nullam qualitatem habeant insignem: proinde qui ipsis utuntur, utuntur ad condimenta excipienda, quemadmodum et aliis, quae vocant insipida, et innoxia, et ad gustum aquosa. Quibus omnibus est commune, ut alimentum, quod ab ipsis in corpus distribuitur, nullam insignem habeat facultatem, sed subfrigidum quidem sit, crassitie vero, quale id ipsum est, quod sumptum fuerit. Crassius quidem est, quod ex tuberibus, humidius autem ac tenuius, quod ex cucurbita, atque in aliis proportione.

Cap. LXIX. [De fungis.] Ex fungis boleti, si belle in aqua elixi fuerint, proprie accedunt ad cibos insipidos: non tamen sic solis ipsis, ut vulgo, utuntur, sed apparant varie et condiunt ut alia omnia, quae nulla insigni qualitate sunt praedita. Alimentum autem ex ipsis est

ἐστὶν ἡ ἐξ αὐτῶν τροφή· καὶ δῆλον ὅτι καὶ ψυχρὰ, κἂν πλεονάζῃ τις ἐν αὐτοῖς, κακόχυμος. ἀβλαβέστατοι μὲν οὖν τῶν ἄλλων μυκήτων εἰσὶν οὗτοι· δεύτεροι δὲ μετ᾽ αὐτοὺς οἱ ἀμανῖται· τῶν δ᾽ ἄλλων ἀσφάλεστερόν ἐστι μηδ᾽ ὅλως ἅπτεσθαι, πολλοὶ γὰρ ἐξ αὐτῶν ἀπέθανον. ἐγὼ δ᾽ οἶδά τινα καὶ τῶν βωλιτῶν αὐτῶν, οἵπερ ἀβλαβέστατοι δοκοῦσιν εἶναι, πλείονας οὐκ ἀκριβῶς ἑφθοὺς φαγόντα, θλιβέντα τὸ στόμα τῆς κοιλίας, καὶ βαρυνθέντα, καὶ στενοχωρηθέντα, καὶ δυςπνοήσαντα, καὶ λειποψυχήσαντα, καὶ ψυχρὸν ἱδρώσαντα, καὶ μόλις σωθέντα διὰ τῆς τῶν τεμνόντων τοὺς παχεῖς χυμοὺς προσφορᾶς, ὁποῖόν ἐστιν ὀξύμελι, καθ᾽ ἑαυτό τε καὶ μετὰ ὑσσώπου καὶ ὀριγάνου μετρίως ἑψηθέντων ἐν αὐτῷ. καὶ γὰρ ἔκ τινος ἐκεῖνος ἔλαβε καὶ τοῦτο, καὶ νίτρου τὸν ἀφρὸν, ἐπιπασθέντα αὐτοῖς, ἐφ᾽ οἷς ἤμεσε τοὺς ἐδηδεσμένους μύκητας, ἤδη πως εἰς φλεγματώδη χυμὸν, ἱκανῶς ψυχρὸν καὶ παχὺν, ὑπηλλαγμένους.

Κεφ. ο΄. (336) [Περὶ ῥαφανίδος.] Ὠμὴν μὲν ἐσθίουσιν αὐτὴν μόνην τοὐπίπαν οἱ κατὰ τὰς πόλεις ἄνθρωποι,

pituitofum, et frigidum videlicet, pravique eft fucci, fi quis ipfis largius utatur. Omnium igitur fungorum hi minimum funt noxii; fecundi autem poft hos funt amanitae; reliquos vero tutius eft omnino ne attingere quidem, multi enim ex ipforum efu interierunt. Equidem novi quendam, cui poft boletorum non fatis elixorum (qui innocentiffimi effe putantur) ufum largiorem os ventriculi preffum ac gravatum coarctatumque fuit, difficilemque habuit refpirationem, et in animi deliquium incidit, fudoremque frigidum fudavit, ac demum fervari aegre, fumptis iis, quae humores craffos incidunt, potuit: cujus generis eft oxymeli ipfum per fe, et cum hyffopo et origano ipfi mediocriter incoctis: is enim tum hoc a quodam accepit, tum nitri fpumam ipfis infperfam: poft quae fungos, quos comederat, vomuit, qui jam quodammodo in fuccum pituitofum frigidumque admodum ac craffum erant mutati.

Cap. LXX. [De radicula.] Urbani quidem homines folam ipfam crudam ut plurimum ante alios fano cibos,

πρῶτον οὖν ἁπάντων μετὰ [371] γάρου, γαστρὸς ὑπαγωγῆς ἕνεκα, ὀλίγοι δὲ καὶ ὄξους ἐπιχέουσιν. οἱ δ᾽ ἄγροικοι καὶ μετ᾽ ἄρτον πολλάκις προσφέρονται, παραπλησίως τοῖς ἄλλοις αὐτοφυέσιν ὄψοις, ἐξ ὧν ἐστι καὶ ὀρίγανος ἡ χλωρὰ, καὶ κάρδαμον, καὶ θύμα, καὶ θύμβρα, καὶ γλήχων, καὶ ἕρπυλλος, ἡδύοσμός τε καὶ καλαμίνθη, καὶ πύρεθρον, καὶ εὔζωμον. ἅπαντα γὰρ ταῦτα τῶν ἐδωδίμων ἐστὶν ὄψα χλωρὰ, μετὰ τῶν τροφῶν ἐσθιόμενα, τῶν ποωδῶν φυτῶν ὄντα. τῆς ῥαφανῖδος δὲ καὶ τὸν καυλὸν ἐσθίουσι καὶ τὰ φύλλα, κατ᾽ ἀνάγκην μᾶλλον, ἢ ἑκόντες. ἡ μέντοι ῥίζα τῶν συνεχῶς ἐσθιομένων ἐστὶν, ὡς ὄψον μᾶλλον ἢ τροφὴ, τῆς λεπτυντικῆς δυνάμεως οὖσα καὶ αὐτὴ δηλονότι μετὰ τοῦ θερμαίνειν σαφῶς· ἐπικρατεῖ γὰρ ἡ δριμεῖα ποιότης ἐν αὐτῇ. κατὰ δὲ τὸ ἔαρ εἴωθεν καυλόν τινα γεννᾷν εἰς ὕψος ἀνερχόμενον, ὥσπερ τἄλλα τὰ μέλλοντα καυλοφορήσειν, ὅντινα καυλὸν ἕψοντες ἐσθίουσι δι᾽ ἐλαίου τε καὶ γάρου καὶ ὄξους, ὥσπερ καὶ τὸν τῆς γογγυλίδος, καὶ τὸν τοῦ νάπυος, καὶ τὸν τῆς θριδακίνης. καὶ τρέφει μὲν δηλονότι μᾶλλον ὁ καυλὸς οὗτος τῆς ὠμῆς

cum garo, alvi dejiciendae gratia, mandunt; quidam autem aceti quidpiam admifcent. Ruftici vero cum pane faepenumero affumunt ut alia opfonia, quae fponte proveniunt; in quibus eft origanum viride, et cardamum, thymus, fatureia, pulegium, ferpyllum, mentha, calaminthe, pyrethrum et eruca; omnia enim haec viridia opfonia funt efculenta, manduntur que cum alimentis, funtque ex genere plantarum herbacearum. Radiculae autem caulem etiam ac folia mandunt, fed coacti potius, quam lubentes. Radix autem ex iis eft, quibus affidue vefcimur, eftque opfonium magis, quam alimentum, nimirum quae et ipfa cum manifefta calefactione attenuandi habet facultatem, nam qualitas acris in ipfa fuperat. Vere autem caulem quendam, qui in altum affurgit, gignere confuevit, quemadmodum et alia omnia, quae caulem funt productura; quem caulem elixantes mandunt cum oleo et garo et aceto, ut rapae caulem, ac finapi, et lactucae: nutritque magis caulis ifte, quam cruda

ῥαφανῖδος, ὡς ἐναποτιθέμενος ἐν τῷ ὕδατι τὴν δριμύτητα, βραχυτάτην δ' ὅμως καὶ αὐτὸς ἔχει τροφήν. ἔνιοι δὲ οὐ μόνον τὸν καυλὸν, ἀλλὰ καὶ αὐτὰς ἕψοντες ἐσθίουσι τὰς ῥαφανῖδας ὁμοίως ταῖς γογγυλίσι. θαυμάσαι δ' ἔστι καὶ τῶν ἰατρῶν καὶ τῶν ἰδιωτῶν ἐκείνους, ὅσοι μετὰ δεῖπνον ὠμὰς ἐσθίουσιν αὐτὰς εὐπεψίας ἕνεκεν. αὐτοὶ μὲν γὰρ ἱκανὴν ἐσχηκέναι φασὶ τούτου πεῖραν, οἱ μιμησάμενοι δὲ αὐτοὺς πάντες ἐβλάβησαν.

Κεφ. οα'. [Περὶ κρομμύων, καὶ σκορόδων, καὶ πράσων, καὶ ἀμπελοπράσων.] Καὶ τούτων τῶν φυτῶν τὰς μὲν ῥίζας ἐσθίουσιν οἱ ἄνθρωποι πλειστάκις, ὀλιγάκις δὲ τὸν καυλὸν καὶ τὰ φύλλα, δριμεῖαν ἱκανῶς ἔχοντα δύναμιν ἀνάλογον αὐταῖς. θερμαίνει δὲ τὸ σῶμα, καὶ λεπτύνει τοὺς ἐν αὐτῷ παχεῖς χυμοὺς καὶ τέμνει τοὺς γλίσχρους. ἑψηθέντα μέντοι δὶς ἢ καὶ τρὶς, ἀποτίθεται μὲν τὴν δριμύτητα, λεπτύνει δ' ὅμως ἔτι, καὶ τροφὴν βραχυτάτην δίδωσι τῷ σώματι· τέως δὲ οὐδ' ὅλως ἐδίδου, πρὶν ἑψηθῆναι. τό γε μὴν σκόροδον οὐ μόνον ὡς ὄψον, ἀλλὰ καὶ ὡς φάρμακον ὑγιεινὸν ἐσθίου-

radicula, ut qui in aqua acrimoniam omnem deponat: pauciſſimum tamen et ipſe habet alimentum. Quidam autem non caulem modo, ſed et radiculas ipſas elixantes mandunt, non aliter ac rapas. Mirarique ſubit eos medicos atque idiotas, qui poſt coenam coctionis juvandae gratia crudas ipſas eſitant. Ipſi quidem hanc rem experientia ſatis ſibi exploratam eſſe affirmant, qui tamen ipſos ſunt imitati, omnes laeſi fuerunt.

Cap. LXXI. [De caepis, alliis, porris et ampeloprafis.] Harum quoque plantarum radices quidem vulgo frequentiſſime eſitant, caulem autem raro et folia, quae et ipſa proportione radicum acrem admodum habent facultatem. Corpus calefaciunt, et qui in ipſo ſunt humores craſſos tenuant, lentosque incidunt: ſi tamen bis terve fuerint elixa, acrimoniam quidem deponunt, tenuant tamen adhuc, et alimentum corpori dant pauciſſimum, quod certe prius, quam elixa eſſent, omnino non dabant. Caeterum allium quidem mandunt, non modo ut opſonium, ſed etiam ut ſalubre

Ed. Chart. VI. [371.] Ed. Baf. IV. (336.)

σιν, ἐκφρακτικῆς τε καὶ διαφορητικῆς ὑπάρχον δυνάμεως. ἑψηθὲν δ' ἐπ' ὀλίγον, ὡς ἀποθέσθαι τὴν δριμύτητα, τῇ μὲν δυνάμει καταδεέστερον, τὴν κακοχυμίαν δὲ οὐκ ἔτι διασώζει, καθάπερ οὐδ' ὅταν ἑψήσῃ δὶς τὰ πράσα καὶ τὰ κρόμμυα. τὰ δ' ἀμπελόπρασα διαφέρει τῶν πράσων τοσοῦτον, ὅσον κἀν τοῖς ἄλλοις ἅπασι τοῖς ὁμογενέσι τὰ ἄγρια τῶν ἡμέρων. ἀποτίθενται δ' εἰς τὸ ἐπιὸν ἔτος ὅλον ἔνιοι, καθάπερ καὶ τὰ κρόμμυα, μετ' ὄξους συντιθέντες, οὕτως καὶ τὰ ἀμπελόπρασα, καὶ γίνεται πρός τε τὴν ἐδωδὴν ἀμείνω καὶ ἧττον κακόχυμα. φείδεσθαι δὲ τῆς συνεχοῦς ἐδωδῆς ἁπάντων τῶν δριμέων, καὶ μάλισθ' ὅταν ὁ προσφερόμενος αὐτῶν χολωδέστερος ᾖ φύσει. μόνοις γὰρ τοῖς ἤτοι τὸν φλεγματώδη χυμὸν ἢ τὸν ὠμὸν καὶ παχὺν καὶ γλίσχρον ἠθροικόσιν ἐπιτήδεια τὰ τοιαῦτα τῶν ἐδεσμάτων ἐστίν.

medicamentum, quod digerendi et obftructiones aperiendi habet facultatem: quod fi elixum paulum fuerit, adeo ut acrimoniam depofuerit, vires quidem habet imbecilliores, fucci autem pravitatem non amplius retinet, quemadmodum nec porra quidem, nec caepae, quum elixa bis fuerint. Ampeloprafa vero tantum a porris diffident, quantum in aliis omnibus congeneribus agreftia a domefticis differunt. Quidam autem in totum annum fequentem, ut caepas aceto condientes, fic et ampeloprafa reponunt, fiuntque in cibo praeftantiora, ac minus habent vitiofi fucci. Abftinendum tamen ab affiduo ufu omnium acrium, et potiffimum quum is, qui ipfis vefcitur, natura fuerit biliofus: folis enim iis, qui vel fuccum pituitofum, vel crudum et craffum ac lentum acervarint, cibi ejusmodi funt accommodati.

ΓΑΛΗΝΟΥ ΠΕΡΙ ΤΡΟΦΩΝ ΔΥΝΑΜΕΩΣ ΒΙΒΛΙΟΝ Γ.

Ed. Chart. VI. [372.] Ed. Baf. IV. (336.)

Κεφ. α΄. Ὑπόλοιπον δ' ἂν εἴη περὶ τῆς ἀπὸ τῶν ζώων τροφῆς διελθεῖν, οὐκ ὀλίγας ἐχούσης διαφορὰς δυνάμεων κατά τε τὰ μόρια καὶ κατά τινα τῶν ἐν αὐτοῖς περιεχομένων ἢ γεννωμένων. ὧν ἐστι καὶ τὰ ὠὰ καὶ τὸ γάλα, τυρός τε καὶ τὸ βούτυρον καὶ τὸ αἷμα.

Κεφ. β΄. [*Περὶ τῆς ἀπὸ τῶν πεζῶν ζώων τροφῆς.*] *Οὐ τὴν αὐτὴν ἅπαντα δύναμιν ἔχει τὰ μόρια τῶν ζώων, ἀλλ' αἱ μὲν σάρκες, ὅταν καλῶς πεφθῶσιν, αἵματός εἰσιν ἀρίστου*

GALENI DE ALIMENTORVM FACVLTATIBVS LIBER TERTIVS.

Cap. I. Reliquum autem fuerit de alimento, quod ab animalibus fumitur, pertractare: quod non paucas habet facultatum differentias, tum in partibus, tum in quibusdam, quae in partibus ipfis continentur aut generantur, cujus generis funt ova, lac, cafeus, butyrum et fanguis.

Cap. II. [De alimento, quod a pedeftribus animalibus fumitur.] Partes animalium omnes non eadem facultate funt praeditae, fed carnes quidem, quum probe concoctae

γεννητικαὶ, καὶ μάλιστα ἐπὶ τῶν εὐχύμων ζώων, ὁποῖόν ἐστι τὸ γένος τῶν ὑῶν· φλεγματικώτερα γὰρ τὰ νευρώδη μόρια. πάντων μὲν οὖν ἐδεσμάτων ἡ σὰρξ τῶν ὑῶν ἐστι τροφιμωτάτη, καὶ τούτου πεῖραν ἐναργεστάτην οἱ ἀθλοῦντες ἔχουσιν. ἐπὶ γὰρ τοῖς ἴσοις γυμνασίοις ἑτέρας τροφῆς ἴσον ὄγκον ἐν ἡμέρᾳ μιᾷ προσενεγκάμενοι, κατὰ τὴν ὑστεραίαν εὐθέως ἀσθενέστεροι γίνονται· πλείοσι δ᾽ ἐφεξῆς ἡμέραις τοῦτο πράξαντες, οὐκ ἀσθενέστεροι μόνον, ἀλλὰ καὶ ἀτροφώτεροι σαφῶς φαίνονται. τὴν δ᾽ αὐτὴν τοῦ λόγου βάσανον ἔνεστί σοι καὶ ἐπὶ τῶν ἐν παλαίστρᾳ διαπονουμένων παίδων ποιήσασθαι καὶ τῶν ἄλλων ἡντιναοῦν ἐνέργειαν ἰσχυρὰν καὶ σφοδρὰν ἐνεργούντων, ὁποία καὶ ἡ τῶν σκαπτόντων ἐστί. τὰ δὲ βόεια κρέα τροφὴν μὲν καὶ αὐτὰ δίδωσιν οὐκ ὀλίγην, [373] οὔτ᾽ εὐδιαφόρητον, αἷμα μέντοι παχύτερον, ἢ προσήκει, γεννᾷ. εἰ δὲ καὶ φύσει τις εἴη μελαγχολικώτερος τὴν κρᾶσιν, ἁλώσεταί τινι παθήματι τῶν μελαγχολικῶν, ἐν τῇ τούτων ἐδωδῇ πλεονάσας. τοιαῦτα δ᾽ ἐστὶ πάθη καρκῖνος, ἐλέφας, ψώ-

fuerint, optimum gignunt fanguinem, et potiffimum, fi eae animalium boni fucci fuerint, cujusmodi eft fuum genus; nam partes nervofae juſto funt pituitofiores. Omnium itaque ciborum fuum caro potentiffime nutrit: cujus rei athletae certiffimum tibi praebent indicium. Si enim paribus exercitationibus parem molem alterius cibi diem unam comederint, poftero die ftatim fentient fefe redditos imbecilliores: quod fi pluribus deinceps diebus id fecerint, non imbecilliores modo, verum etiam alimenti penuria macilentiores palam confpicientur. Idem etiam de eo, quod dicimus, potes in pueris, qui in palaeftra fefe exercent, experiri, et in aliis, qui quamlibet actionem fortem ac vehementem (cujusmodi eft fodientium) obeunt. Porro carnes bubulae alimentum quidem et ipfae corpori fuggerunt non mediocre, neque diffipatu facile, fanguinem tamen generant, quam conveniat, craffiorem. Quod fi quis temperamento naturali melancholicus magis fuerit, affectu aliquo melancholico prehendetur, fi largius his vefcatur. Affectus autem melan-

ρα, λέπρα, πυρετὸς τεταρταῖος, ἥ τ᾽ ἰδίως ὀνομαζομένη μελαγχολία. καὶ σπλὴν δὲ ἐνίοις εἰς ὄγκον ἤρθη διὰ τοιοῦτον χυμὸν, ᾧ καχεξία τε καὶ ὕδεροι πολλάκις ἠκολούθησαν. ὅσον δ᾽ ἐν τῷ πάχει τῆς ὅλης οὐσίας ἑαυτῶν τὰ βόεια κρέα τῶν ὑείων πλεονεκτεῖ, τοσούτῳ τῇ γλισχρότητι τὰ ὕεια τῶν βοείων. εἰς πέψιν δὲ πολὺ βελτίω τὰ τῶν ὑῶν ἐστι, τοῖς μὲν ἀκμάζουσι καὶ ἰσχυροῖς καὶ διαπονουμένοις τὰ τῶν ἀκμαζόντων, τοῖς δ᾽ ἄλλοις τὰ τῶν ἔτ᾽ αὐξανομένων. ὥσπερ δὲ ἐν τοῖς ὑσὶν οἱ κατὰ τὴν ἀκμαστικὴν ἡλικίαν ἐπιτήδειοι τοῖς εὐεκτικοῖς νεανίσκοις εἰσὶν, οὕτω τῶν βοῶν οἱ πρὸ τῆς ἀκμῆς. ξηρότερος γὰρ πολλῷ τὴν κρᾶσιν βοῦς ὑὸς, ὥσπερ γε καὶ ἀκμάζων ἀνὴρ παιδός. εἰκότως οὖν, ὅσα μὲν φύσει ζῶα ξηροτέραν ἔχει τὴν κρᾶσιν, ὑπὸ τῆς νεότητος εἰς συμμετρίαν αὐτὴν ὠφελεῖται· τῶν δ᾽ ὑγροτέρων ἡ φύσις ἀπὸ τῆς ἀκμαστικῆς ἡλικίας προςλαμβάνει τὸ λοιπὸν εἰς τὴν προσήκουσαν εὐκρασίαν. οὐ μόνον οὖν οἱ μόσχοι τῶν τελείων βοῶν ἀμείνους εἰς πέψιν ἔχουσι τὰς σάρκας, ἀλλὰ καὶ οἱ ἔριφοι τῶν

cholici funt cancer, elephas, fcabies, lepra, febris quartana, et quae peculiari nomine melancholia nominatur. Lien autem quibusdam a tali fucco intumuit: quam rem pravus habitus et hydropes faepenumero funt confequuti. Caeterum quantum carnes bubulae totius fuae fubftantiae craffitie fuillam fuperant, tanto fuillae bubulas lentore antecedunt. Caeterum ex fuum carnibus hominibus quidem aetate florentibus, fortibus, et qui fefe multum exercent, fuum aetate florentium carnes ad coquendum funt praeftantiores, aliis vero fuum adhuc increfcentium. Porro, quemadmodum ex fuibus qui aetate funt florenti iis juvenibus, qui bono corporis funt habitu, conveniunt, fic et boum qui nondum florentem aetatem attigerunt: bos enim temperamento eft, quam fus, multo ficciore, quemadmodum et vir aetate florens, quam puer. Jure igitur iis animalibus, quae natura temperamento funt ficciore, adolefcens aetas ad mediocritatem ipfam confert, humidiorum vero natura, quod fibi ad probam ac convenientem temperiem deeft, ab aetate florenti affumit. Non modo itaque vituli carnes habent ad conficiendum perfectis bobus praeftantiores, fed etiam hoedi

αἰγῶν. ἧττον μὲν γὰρ βοῦς ἡ αἲξ ξηρὰ τὴν κρᾶσίν ἐστιν, ἀλλ' ἀνθρώπῳ καὶ συῒ παραβαλλομένη πολὺ διαφέρει. τῆς δὲ ὑὸς σαρκὸς πρὸς τὴν ἀνθρώπου ὁμοιότητα καταμαθεῖν ἔνεστι κἀκ τοῦ τινας ἐδηδοκότας ἀνθρωπείων κρεῶν ὡς χοιρείων οὐδεμίαν ὑπόνοιαν ἐσχηκέναι κατά τε τὴν γεῦσιν αὐτῶν καὶ τὴν ὀσμήν· (337) ἐφωράθη γὰρ ἤδη τοῦτο γεγονὸς ὑπὸ πονηρῶν πανδοχέων καὶ ἄλλων τινῶν. εἰκότως οὖν οἱ χοῖροι περιττωματικωτέραν ἡμῖν εἰς τοσοῦτον παρέχουσι τὴν τροφὴν, εἰς ὅσον τῶν μεγάλων ὑῶν εἰσιν ὑγρότεροι. εἰκότως δὲ καὶ ἧττον τρέφουσιν· ἡ γὰρ ὑγροτέρα τροφὴ καὶ ἀναδίδοται καὶ διαφορεῖται θᾶττον. ὑγροτάτην δὲ ἔχουσι καὶ φλεγματώδη σάρκα καὶ οἱ ἄρνες. ἀλλὰ καὶ ἡ τῶν προβάτων σὰρξ καὶ περιττωματικωτέρα τέ ἐστι καὶ κακοχυμοτέρα. κακόχυμος δὲ καὶ ἡ τῶν αἰγῶν μετὰ δριμύτητος. ἡ δὲ τῶν τράγων χειρίστη καὶ πρὸς εὐχυμίαν καὶ πρὸς πέψιν, ἐφεξῆς δὲ ἡ τῶν κριῶν, εἶθ' ἡ τῶν ταύρων. ἐν ἅπασι δὲ τούτοις τὰ τῶν εὐνουχισθέντων ἀμείνω. τὰ δὲ πρεσβυτικὰ χείριστα πρὸς πέψιν καὶ πρὸς εὐχυμίαν καὶ πρὸς θρέψιν, ὥσπερ καὶ

capris: capra namque temperamento minus, quam bos, eſt ſicca; ſi tamen homini et ſui comparetur, multum ſuperat. Suillae autem carnis ſimilitudinem cum humana ex eo poteris intelligere, quod quidam carnes humanas pro ſuillis ſine ulla in guſtu vel olfactu ſuſpicione comederunt: id enim ab improbis hoſpitibus et aliis quibusdam factum fuiſſe jam compertum eſt. Merito igitur porcelli alimentum nobis praebent tanto magis ſuibus excrementoſius, quanto ipſis ſunt humidiores: merito minus etiam nutriunt; nam alimentum humidius et diſtribuitur, et diſcutitur celerius. Caeterum agni carnem habent humidiſſimam ac pituitoſam: ovium vero excrementoſior eſt ac ſucci deterioris. Caprarum quoque caro praeter ſuccum vitioſum acrimoniam etiam habet. Hircorum autem tum ad coquendum, tum ad ſuccum bonum generandum eſt deterrima: hanc ſequitur arietum: poſt taurorum. Porro in his omnibus carnes caſtratorum ſunt praeſtantiores: ſenum autem peſſimae tum ad coquendum, tum ad ſuccum bonum generandum, tum

τῶν ὑῶν αὐτῶν, καίτοι ὑγρῶν ὄντων τὴν κρᾶσιν, οἱ γηράσαντες ἔνια δὴ καὶ ξηρὰν καὶ δύσπεπτον ἔχουσι τὴν σάρκα. καὶ ἡ τῶν λαγωῶν δὲ σὰρξ αἵματος μέν ἐστι παχυτέρου γεννητικὴ, βελτίων δὲ εἰς εὐχυμίαν, ἢ κατὰ βοῦς καὶ πρόβατα. κακόχυμος δὲ τούτων οὐχ ἧττόν ἐστι καὶ ἡ τῶν ἐλάφων καὶ δύσπεπτος. ἡ δὲ τῶν ἀγρίων ὄνων, ὅσοι γ' εὔεκτοι καὶ νέοι, πλησίον ἥκει τοῖσδε. καίτοι καὶ τῶν ἡμέρων ὄνων γηρασάντων ἔνιοι τὰ κρέα προσφέρονται, κακοχυμότατα καὶ δυσπεπτότατα καὶ κακοστόμαχα καὶ προσέτι καὶ ἀηδῆ κατ' ἐδωδὴν ὄντα, καθάπερ καὶ τὰ τῶν ἵππων τε καὶ καμήλων, ὧν καὶ αὐτῶν ἐσθίουσιν οἱ ὀνώδεις τε καὶ καμηλώδεις ἄνθρωποι τὴν ψυχὴν καὶ τὸ σῶμα. καὶ τῶν ἄρκτων δ' ἔνιοι προσφέρονται, καὶ τὰ τούτων ἔτι χείρω λεόντων τε καὶ παρδάλεων, ἤτοι γ' ἅπαξ ἕψοντες, ἢ δίς. εἴρηται δὲ ἔμπροσθεν, ὁποῖόν τι τὸ δὶς ἕψειν ἐστί. περὶ δὲ τῶν κυνῶν τί δεῖ καὶ λέγειν; [374] ὡς τοὺς νέους τε καὶ λιπαροὺς αὐτῶν, καὶ μάλισθ' ὅταν εὐνουχισθῶσι, κατ' ἔνια τῶν ἐθνῶν ἐσθίουσι πάμ-

ad nutriendum, quemadmodum et fues ipfi, qui quanquam temperamento funt humidi, quum tamen jam fenuerint, carnem habent nonnunquam ficcam ac concoctu difficilem. Ad haec caro leporum fanguinem quidem gignit craffiorem, fed melioris fucci, quam bubula et ovilla. Cervina autem non minus iis fuccum vitiofum generat ac concoctu difficilem. His agreftium afinorum bene habitorum ac juvenum caro eft propinqua. Sunt tamen qui et afinorum domefticorum, ubi fenuerint, carnes mandant; quae peffimi funt fucci ac concoctu difficillimae, ftomachumque laedunt, et praeterea inter edendum funt infuaves, quemadmodum equorum ac camelorum carnes, quibus et ipfis homines animo et corpore afinini ac camelini vefcuntur. Sunt qui et urfis, et iis adhuc deterioribus, leonibus ac pardis vefcantur, femel aut bis elixantes. Quid autem fit bis elixare, dictum nobis ante fuit. Quid jam loquar de canibus (quos et ipfos juvenes ac pingues, et potiffimum quum fuerint caftrati, apud quasdam gentes frequentiffime mandunt),

πολλοί. καὶ πρὸς τούτοις τά τε τῶν πανθήρων οὐκ ὀλίγοι, καθάπερ γε καὶ τὰ τῶν ὄνων, ὅταν εὐεκτοῦντες τύχωσιν, ὥσπερ οἱ ἄγριοι. ταῦτα μὲν οὐ μόνον ἐσθίουσιν, ἀλλὰ καὶ ἐπαινοῦσιν ἔνιοι τῶν ἰατρῶν. τὰ δὲ τῶν ἀλωπέκων ἐν φθινοπώρῳ καὶ οἱ παρ' ἡμῖν κυνηγέται προσφέρονται· πιαίνονται γὰρ ὑπὸ τῶν σταφυλῶν. καὶ τῶν ἄλλων δὲ ζώων ὅσα τὰς οἰκείας ἀφθόνως τροφὰς ἔχουσι, ταῦτα πολὺ βελτίω σφῶν αὐτῶν εἰς ἐδωδὴν γίνονται, καθάπερ γε καὶ χείρω τἀναντία. καὶ ὅσα γε τὰς ἐκ τῆς γῆς ἀνιούσας πόας ἢ τῶν δένδρων ἀκρέμονας ἢ βλάστας ἐσθίει, καθ' ὃν ἂν καιρὸν εὐπορῇ δαψιλῶς τούτων, εὐεκτικώτερα γίνεται καὶ πιαίνεται καὶ πρὸς τροφὴν ἡμῖν ἐπιτηδειότερα πάντα καθίσταται. καὶ διὰ τοῦτο τὰ μὲν τὴν βαθεῖαν πόαν νέμεσθαι δεόμενα λεπτὰ καὶ κακόχυμα γίνεται κατά τε τὸν χειμῶνα καὶ τὰ πρῶτα καὶ μέσα τοῦ ἦρος, ὥσπερ οἱ βόες, εὐχυμότεροί τε καὶ παχύτεροι σαφῶς γινόμενοι τοῦ χρόνου προϊόντος, ὅταν αὐξάνηται καὶ παχύνηται καὶ εἰς εὐκάρπησιν ἡ πόα προέρχηται· τὰ δ' ὑπὸ τῆς μικρᾶς τρέφεσθαι δυνάμενα βελτίω κατά τε τὰ πρῶτα

quum multi fint, qui pantheris, ut et afinis bene habitis, cujusmodi funt agreftes, vefcantur? Haec quidem non manduntur modo, fed a quibusdam etiam medicis laudantur. Vulpium autem carnibus autumno venatores apud nos vefcuntur, tunc enim uvarum efu pinguefcunt. Porro animalia omnia, quibus alimenta propria affatim fuppetunt, longe fe ipfis in cibo evadunt praeftantiora, quemadmodum deteriora fiunt, quibus ea minus adfunt. Proinde quae herbas e terra emergentes, aut arborum furculos, aut germina depafcuntur, ea omnia, quum his abundant, habitiora funt ac pinguia, nobisque alendis accommodatiora. Eaque de caufa, quibus herbas altiores pafci eft naturale, hyeme, vere primo ac medio fiunt gracilia ac pravi fucci, ut boves, qui procedente tempore manifefto fiunt obefiores fuccique melioris, quum herbae augentur ac denfefcunt, et ad femen producendum feftinant. Quae vero animalia humili herba nutriri queunt, ea primo ac medio vere funt praeftantiora,

καὶ τὰ μέσα τοῦ ἦρός ἐστιν, ὥσπερ τὰ πρόβατα· κατὰ δὲ τὴν ἀρχὴν καὶ τὰ μέσα τοῦ θέρους αἱ αἶγες, ἡνίκα βλάσται πλεῖσται θάμνων εἰσὶν, ἃς ἔθος αὐταῖς ἐσθίειν. ὅταν οὖν ἀκούσῃς μου παραβάλλοντος ἀλλήλοις εἴδη ζώων, ἐξέταζε καὶ κρῖνε καὶ βασάνιζε καὶ τῇ πείρᾳ τὸν λόγον, οὐ τὸ καλῶς τεθραμμένον τε καὶ πῖον ἰσχνῷ καὶ ἀτρόφῳ παραβάλλων, οὐδὲ τὸ νέον τῷ γεγηρακότι, (μοχθηρὰ γὰρ ἥδε καὶ ἄδικος ἡ κρίσις,) ἀλλὰ τὸ καθ᾽ ἕκαστον εἶδος καὶ γένος, ἢ ὅπως ἂν θέλοις ὀνομάζειν, ἄριστα διακείμενον ἑτέρῳ τοιούτῳ. οὐκ οὖν ἔτι δεήσομαι λόγων μακρῶν εἰς τὸ τὰ καθ᾽ ἕκαστον ἔθνος ἐπιχώρια τῶν ζώων ἅπαντα διέρχεσθαι, καθάπερ ἐν Ἰβηρίᾳ τὸ τοῖς λαγωοῖς ὅμοιον ζωΰφιον, ὃ καλοῦσι κουνίκουλον, ἐν Λευκανίᾳ δὲ τῆς Ἰταλίας τὸ μεταξύ πως ἄρκτου τε καὶ συὸς, ὥσπερ γε καὶ τὸ τῶν ἀρουραίων μυῶν καὶ τῶν καλουμένων ἐλειῶν ἐν μέσῳ, κατά τε τὴν αὐτὴν χώραν τῆς Ἰταλίας ἐν ἄλλοις τε πολλοῖς τόποις ἐσθιόμενον. ὅσα γὰρ εὔτροφα τῶν τοιούτων ζώων ἐστὶ καὶ σαφῶς πίονα, ταῦτα τῇ

ut oves, aeftate autem prima ac media caprae, quum fcilicet fruticum germina, quibus caprae vefci folent, funt frequentiffima. Quum igitur me animalium fpecies inter fe comparantem audiveris, dictum meum experientia examina, ac dijudica, atque expende, non animal, quod bene nutritum fuerit ac pingue, gracili ac penuria alimenti extenuato comparans, neque adolefcens feni, (iniquum enim ac malum eft id judicium,) fed quod in unaquaque fpecie ac genere, aut quocunque modo appellare velis, optime eft difpofitum, alteri, quod fit ejusmodi, conferens. Non igitur amplius opus erit pluribus exequi animalia omnia, quae apud fingulas gentes proprie nafcuntur, cujus generis eft in Iberia animalculum, quod lepori eft fimile, quodque cuniculum nominant, in Lucania autem, Italiae regione, quod inter urfum ac fuem quodammodo eft medium, ceu aliud quoddam inter agreftes mures, et quos glires nominant, eft medium, quod in eadem Italiae regione et aliis plerisque locis manditur. Quae enim ex ejusmodi animalibus bene funt nutrita ac plane pinguia, ea experientia explora, prae-

πείρᾳ βασάνιζε, τοὺς τρόπους τῆς σκευασίας αὐτῶν, οὓς ἐξ ἐμπειρίας ἔμαθεν ἕκαστος τῶν ἐπιχωρίων, ἀκούων τε καὶ μανθάνων παρ᾽ ἐκείνων. ὁποία δ᾽ ἐστὶν ἡ δύναμις αὐτῶν ἑκάστου, ἤδη σοι πάρεστι καὶ παρ᾽ ἐμοῦ μανθάνειν. ὅσα μὲν γὰρ ὀπτῶντες ἢ τηγανίζοντες ἐσθίουσι, ξηροτέραν τροφὴν διδόασι τῷ σώματι, ὅσα δὲ ἐν ὕδατι προαφέψουσιν, ὑγροτέραν, ὅσα δ᾽ ἐν ταῖς λοπάσιν ἀρτύοντες, ἐν τῷ μεταξὺ τούτων ἐστί. καὶ τούτων δ᾽ αὐτῶν οὐ σμικρὰ διάφορα γίνεται παρὰ τὸν τρόπον τῆς ἀρτύσεως. ὅσα μὲν γὰρ δαψιλῶς οἴνου ἔχει καὶ γάρου, ξηρότερα τῶν μὴ ἐχόντων ἐστί· τὰ δὲ τούτων μὲν ἐνδεέστερα, ἤτοι δὲ σίραιον ἔχοντα πλέον, ὅ τινες ἕψημα καλοῦσιν, ἢ κατὰ τὸν ὀνομαζόμενον ἁπλοῦν καὶ λιτὸν καὶ λευκὸν ζωμὸν ἥψηται, πολλῷ τῶν προειρημένων ἐστὶν ὑγρότερα· τὰ δὲ ἀπὸ ὕδατος μόνου καὶ τούτων ἐστὶν ἔθ᾽ ὑγρότερα. μεγίστη δὲ ἐν τῇ σκευασίᾳ διαφορὰ γίνεται καὶ κατὰ τὴν τῶν ἐπεμβαλλομένων αὐτοῖς δύναμιν, ἁπάντων μὲν ξηραινόντων, ἀλλ᾽ ἤτοι μᾶλλον ἢ ἧττον. ἔστι δὲ ταῦτα σπέρματα μὲν ἀνήθου καὶ σελίνου καὶ κάρου καὶ λιβυστικοῦ

parandorum ipforum rationem, quam incolae experientia didicerunt, ab ipfis audiens ac difcens. Qualis autem fingularum praeparationum fit facultas, jam a nobis difcas licet. Quae namque affantes aut in fartagine frigentes mandunt, ea corpori ficcius dant alimentum; quae vero in aqua praecoquunt, humidius; quae in patinis condiuntur, inter haec media funt, quanquam et ipfa pro modo conditurae inter fe multum difcrepant: fiquidem quae vinum aut garum habent copiofum, ea funt aliis, quae ea non habent, ficciora; rurfus, quae exiguam quidem illorum portionem aut fapae (quam hepfema quidam nuncupant) ampliorem habent, aut in fimplici ac plebejo alboque appellato jure elixa funt, ea praedictis longe funt humidiora; quae autem in fola aqua coquuntur, iis quoque adhuc funt humidiora. Maximum praeterea in praeparatione difcrimen accidit pro eorum, quae injiciuntur, facultate, ut quum omnia ficcant quidem, fed alia magis, alia minus. Sunt porro haec ex feminibus quidem anethum, apium, carum, liby-

[375] καὶ κυμίνου καί τινα τοιαῦθ᾽ ἕτερα, τῶν φυτῶν δ᾽ αὐτῶν πράσα καὶ κρόμμυα καὶ ἄνηθα καὶ θύμα καὶ θύμβρα καὶ γλήχων καὶ ἡ εὐώδης μίνθη καὶ ὀρίγανος, ὅσα τε ἄλλα τοιαῦτα, τῆς ὀψαρτυτικῆς ὄντα πραγματείας, ἣν νῦν οὐ πρόκειται διέρχεσθαι. τὴν παραβολὴν δὲ τῆς διαφορᾶς τῶν ζώων ὥσπερ ἔμπροσθεν ἔφαμεν χρῆναι ποιεῖσθαι τῶν ἄριστα ταῖς ἕξεσιν ἐχόντων, οὕτω καὶ νῦν τῶν ἐσκευασμένων κάλλιστα γινέσθω. ταῦτα μὲν οὖν αὐτάρκη σοι περὶ τῆς τῶν πεζῶν ζώων σαρκὸς ἠκηκοέναι· περὶ δὲ τῶν ἄλλων μορίων, ὡς ἔχει τῆς δυνάμεως, ἐφεξῆς ἀκούσῃ μετὰ τὸν περὶ τῶν κοχλιῶν λόγον.

Κεφ. γ΄. [Περὶ κοχλιῶν.] Ὅτι μὲν οὖν οὔτε ἐν τοῖς πτηνοῖς, οὔτε ἐν τοῖς ἐνύδροις ἀριθμεῖσθαι δεῖ τοῦτο τὸ ζῶον, ἄντικρυς δῆλον. εἰ δὲ μηδ᾽ ἐν τοῖς πεζοῖς αὐτοῦ μνημονεύσομεν, οὐδ᾽ ὅλως ἐροῦμέν τι περὶ τῆς ἐκ κοχλίου τροφῆς. οὐ μὴν οὐδὲ παραλιπεῖν εὔλογον, ὥσπερ τοὺς ἐκ τῶν ξύλων σκώληκας, ἐχίδνας τε καὶ τοὺς ἄλλους ὄφεις, ὅσα τε κατ᾽ Αἴγυπτον καὶ ἄλλα τινὰ τῶν ἐθνῶν ἐσθίουσιν· οὔτε

ſticum, cuminum, et alia quaedam id genus, ex plantis vero ipſis porrum, caepa, anethum, thymus, ſatureia, pulegium, mentha odorata, origanum et alia hujusmodi ad opſonatricem commentationem pertinentia, de qua nunc differere non eſt propoſitum. Quemadmodum autem modo praecepimus, quum animalium differentia inquiritur, quae optimo ſunt habitu, eſſe comparanda, ita nunc quoque, quae pulcherrime ſunt praeparata, conferantur. Haec itaque de pedeſtrium animalium carne audiviſſe ſufficiat; de aliarum autem partium facultate deinceps, quum ſermonem de limacibus abſolverimus, ſumus tractaturi.

Cap. III. [De limacibus.] Perſpicuum quidem eſt, quod neque inter volatilia, neque inter aquatilia hoc animal eſt numerandum. Quod ſi inter pedeſtria ipſius non meminerimus, nihil prorſus de limacium alimento dicturi ſumus; quod iniquum fuerit ſilentio praetermittere, quemadmodum vermes, qui in lignis naſcuntur, viperas aliosque ſerpentes, quibus in Aegypto et apud alias quasdam gentes veſcuntur: neque

γὰρ ἐκείνων τις ἀναγνώσεται ταῦτα, καὶ ἡμεῖς οὐκ ἄν ποτε φάγοιμεν τῶν ἐκείνοις ἐδωδίμων. κοχλίας δὲ ὁσημέραι πάντες Ἕλληνες ἐσθίουσιν, ἔχοντας μὲν σκληρὰν τὴν σάρκα, καὶ διὰ τοῦτο δύσπεπτον, εἰ δὲ πεφθείη, τροφιμωτάτην. ὑπάρχει δ' αὐτοῖς, ὥσπερ τοῖς ὀστρακοδέρμοις, χυλὸς ὑπακτικὸς γαστρὸς, καὶ διὰ τοῦτο τινὲς ἀρτύοντες αὐτοὺς δι' ἐλαίου καὶ γάρου καὶ οἴνου τῷ γενομένῳ ζωμῷ χρῶνται πρὸς διαχώρησιν τῶν κατὰ τὴν κοιλίαν. εἰ δὲ θελήσεις ὡς τροφίμῳ μόνῳ ἐδέσματι χρήσασθαι τῇ σαρκὶ τοῦ ζώου τούτου, προαφεψήσας ἐν ὕδατι μεταθήσεις εἰς ἕτερον ὕδωρ, εἶτα ἐν ἐκείνῳ πάλιν ἑψήσας οὕτως ἀρτύσεις τε καὶ τὸ τρίτον ἑψήσεις ἄχρι τοῦ κατατάκερον ἀκριβῶς γενέσθαι τὴν σάρκα. σκευασθεῖσα γὰρ οὕτως ἐφέξει μὲν τὴν γαστέρα, τροφὴν δὲ ἱκανὴν παρέξει τῷ σώματι.

Κεφ. δ'. (338) [Περὶ τῶν ἐν τοῖς πεζοῖς ἀκρέων μορίων.] Ἄκρεα μόρια τῶν πεζῶν ζώων ἐσθίουσιν οἱ ἄνθρωποι, πόδας καὶ ῥύγχη καὶ ὦτα, καὶ τοὐπίπαν δὲ δι' ὕδατος ἕψοντες αὐτὰ προσφέρονται μετ' ὄξους καὶ γάρου, ποτὲ

enim illorum quisquam haec noftra lecturus eft, neque nos, quae apud illos funt efculenta, unquam comedemus. Limaces vero Graeci omnes quotidie mandunt, carnem quidem duram habentes, eoque concoctu difficilem, fed quae confecta potentiffime nutriat. Succus autem ipfis ineft, qui ventrem fubducit, quemadmodum et iis, quibus tefta pro cute eft: quapropter quidam oleo, garo vinoque ipfas condientes, eo jufculo ad alvum dejiciendam utuntur. Quod fi hujus animalis carne ut cibo folo efculento uti velis, ubi prius in aqua elixaris, in aliam aquam transferas, in qua rurfus elixabis: tum demum condies, ac tertio elixabis, usque dum caro tota intabefcat: hoc enim modo praeparata alvum quidem fiftet, fed alimentum corpori dabit non contemnendum.

Cap. IV. [De animalium pedeftrium partibus excarnibus.] Pedeftrium animalium partes excarnes homines mandunt, pedes, roftra et aures; easque ut plurimum in aqua elixas mandunt cum aceto et garo, nonnunquam au-

δὲ καὶ νάπυος, ἔνιοι δὲ καὶ δι᾿ ἐλαίου καὶ γάρου, προσεπιχέοντες οἶνον, εἰσὶν δὲ οἳ καὶ μετὰ λαχάνων, ἤτοι γε ἐξ ὕδατος ἑψημένων, ἢ κατὰ τὰς λοπάδας ἠρτυμένων. οἱ δὲ πόδες ἐπιτηδειότατοι τῶν χοίρων εἰσὶν, ἐπεμβληθέντες ἑψημένῃ πτισάνῃ, κἀκείνην ἐργάσασθαι κρείττονα, καὶ αὐτοὶ μαλακώτεροι γενέσθαι, καὶ διὰ τοῦτο βελτίους εἴς τε τὴν ἐν τῷ στόματι καὶ τῇ γαστρὶ κατεργασίαν. διαφορὰ μὲν οὖν ἐστιν οὐκ ὀλίγη καὶ παρὰ τὸν τρόπον τῆς σκευασίας οὐ μόνον ἐν τοῖς ἀκρέοις μέρεσι τῶν ζώων, ἀλλὰ καὶ τοῖς ἄλλοις ἅπασιν, ἣν ἐπιπλέον ἐν τοῖς ὀψαρτυτικοῖς ἐροῦμεν· ὅσον δ᾿ ἐπ᾿ αὐτοῖς τοῖς μορίοις, αἱ καθ᾿ ὅλου διαφοραὶ κατὰ τήνδε τὴν πραγματείαν δηλοῦνται μόναι, παραβαλλομένων αὐτῶν ἀλλήλοις, ὡς εἰ καὶ κατὰ τὸν αὐτὸν τρόπον ἐσκεύαστο, ὡς καὶ πρόσθεν εἴρηται· δικαία γὰρ ἡ τοιαύτη παραβολή. [376] τὰ τοίνυν ἄκρεα μόρια τοῦ σώματος ἥκιστα μὲν ἔχει πιμελὴν, ἥκιστα δὲ καὶ τὴν σαρκώδη φύσιν, ἐπικρατεῖ δ᾿ ἐν αὐτοῖς τό τε νευρῶδες καὶ τὸ δερματῶδες, οὐ τοῦ τοιούτου νεύρου καὶ δέρματος, οἷον τὸ καθ᾿ ὅλον σῶμα· γεγύμνασται γὰρ ἐν τοῖς

tem et finapi: quidam autem ex oleo et garo, vinum affundentes: funt qui cum oleribus, aut in aqua elixis, aut in patinis conditis. Porcellorum autem pedes ptifanae elixae injecti aptiffimi funt, tum ut illam meliorem efficiant, tum ut ipfi molliores reddantur, et ob id ad elaborationem, quae in ore fit ac ventriculo, meliores. Non parva tamen eft et in praeparationis modo differentia, non modo in partibus animalium excarnibus, fed in aliis etiam omnibus: quam fufius in opere de arte opfonandi explicabimus. In hoc autem opere tantum univerfales partium ipfarum differentias exponimus, ipfas inter fe (ut diximus) ita comparantes, ut fi omnes ad eundem modum paratae effent; jufta enim eft haec comparatio. Partes igitur corporis excarnes, ut pinguedinis, ita fubftantiae carnofae habent minimum: nervofa enim ac cutacea natura in ipfis praepollet: non tamen tales hujus nervi cutisve funt, quales in reliquo funt corpore, nam in excarnibus magis funt exercitata, eoque

ἀκρέοις μᾶλλον. ἔστι δὲ καὶ διὰ τοῦτο καὶ γλισχρότερα· καὶ γὰρ καὶ νεῦρον καὶ δέρμα πᾶν ἑψόμενον εἰς τοιαύτην ἀφικνεῖται φύσιν. εἰκότως οὖν ἐλάττονα μὲν τροφὴν δίδωσι τῷ σώματι, ῥᾷον δὲ ὑπέρχεται κατὰ τὴν γαστέρα διὰ τὴν γλισχρότητα. βελτίους δὲ οἱ πόδες τῶν ὑῶν εἰσι τοῦ ῥύγχους, ὥσπερ καὶ τοῦτο τῶν ὤτων· ἐκεῖνα γὰρ ἐκ μόνου συνέστηκε χόνδρου καὶ δέρματος. ἔστι δὲ ὁ χόνδρος ἐν μὲν τοῖς τελείοις ζώοις ἄπεπτος παντάπασιν, ἐν δ' ἔτι αὐξανομένοις, ὅταν καλῶς ἐν τῷ στόματι λειωθῇ, πεπεμμένος τε καὶ τροφὴν ὀλίγην δίδωσι τῷ σώματι. κατὰ δὲ τὴν αὐτὴν ἀναλογίαν ἐπὶ τῶν ἄλλων ζώων ἄκουε τοῦ νῦν εἰρημένου ἡμῖν λόγου. καθ' ὅσον γὰρ αὐτῶν αἱ σάρκες εἰς ἀρετὴν ἀπολείπονται τροφῆς τῶν ὑῶν, κατὰ τοσοῦτον καὶ τῶν ἀκρέων ἐν ὑϊ μορίων ἐστὶ χείρω τὰ κατ' ἐκεῖνα τὰ ζῶα. εὔδηλον δ', ὅτι νευρώδη μόρια τὰ κατὰ τοὺς πόδας ὀνομάζω καθ' ὁμοιότητα τὴν πρὸς τὸ κυρίως καλούμενον νεῦρον, ὃ τὴν γένεσιν ἐξ ἐγκεφάλου καὶ νωτιαίου λαμβάνει. τὰ δ' ἐν τοῖς ἀκρέοις νευρώδη σώματα καθ' ὁμοιότητα μὲν οὕτως ὀνομάζεται, σύν-

magis lenta. Etenim nervus omnis ac cutis, dum elixantur, ad hujuscemodi naturam deveniunt: quare merito corpus quidem minus alunt, ob lentorem tamen per alvum facilius dejiciuntur. Meliores autem ſunt ſuum pedes, quam roſtrum, quemadmodum hoc auribus eſt praeſtantius: hae enim conſtant ſola cute ac cartilagine. Cartilago porro in perfectis quidem animalibus omnino confici non poteſt, in iis vero, quae adhuc augeſcunt, ſi in ore bene laevigata et in ventriculo confecta fuerit, paucum alimentum corpori dabit. Eadem autem eſt ejus quod dicimus in aliis animalibus proportio. Quanto enim eorum carnes alimenti bonitate ſuilla ſunt inferiores, tanto illorum partes excarnes partibus ſuum excarnibus ſunt deteriores. Caeterum illud nequaquam arbitror quenquam latere, quod partes nervoſas voco eas, quae pedibus inſunt, ad ſimilitudinem ejus, qui proprie nervus nominatur, quique ex cerebro ac ſpinali medulla originem ducit. Quae autem in partibus excarnibus nervoſa ſunt corpora, ad ſimilitudinem quidem ita no-

δεσμοὶ δ᾽ εἰσὶ τῶν ὀστῶν ἀναίσθητοι καί τινες ἐπ᾽ αὐτοῖς τένοντες.

Κεφ. έ. [Περὶ τῆς ἐν τοῖς πεζοῖς ζώοις γλώττης.] Ἰδιότης τῆς οὐσίας ἐστὶν ἐν τῷδε τῷ μορίῳ χαυνοτέρας τε καὶ ἐναιμοτέρας σαρκός. αἱ γὰρ ἀκριβεῖς σάρκες οἱ μύες εἰσὶ καὶ τούτων αὐτῶν τὰ μέσα μάλιστα. πολλοὶ γὰρ ἐν τοῖς πέρασιν ἑαυτῶν εἰς τένοντας ἀξιολόγους τελευτῶσιν, οὓς ἀπονευρώσεις μυῶν οἱ πολλοὶ τῶν ἰατρῶν ὀνομάζουσιν. εὐμεγίστους δὲ τούτους γεννῶσιν οἱ εἰς τὰ τῶν κώλων πέρατα καθήκοντες μύες. ἀλλὰ καὶ τὰς κεφαλὰς ἔχουσιν ἔνιοι τῶν μυῶν νευρώδεις. καὶ τῆς γλώττης δ᾽ αὐτῆς, ἣν ἐξαιροῦντες τῶν ὑῶν ἕψουσιν οἱ μάγειροι, τὸ μὲν ἴδιον σῶμα χαύνη τίς ἐστιν, ὡς εἴρηται, σὰρξ, οὐ μὴν μόνην ταύτην ἐξαιροῦσιν, οὐδ᾽ ἕψουσι μόνην, ἀλλὰ μετά τε τῶν ἐμφυομένων μυῶν, ὡς τὰ πολλὰ δὲ καὶ σὺν ἐπιγλωττίδι καὶ λάρυγγι, καὶ τῶν ἐνταῦθα ἀδένων τῶν τε γλώττης ἰδίων οἳ τὸ σίαλον γεννῶσι, καὶ τῶν κατὰ τὰ παρίσθμια καὶ τὸν λάρυγγα. τὸ μὲν γὰρ τῶν ἀρτηριῶν καὶ φλεβῶν καὶ νεύρων κοινὸν τῆς γλώττης καὶ

minantur: funt autem offium ligamenta fenfus expertia, et praeterea tendones quidam.

Cap. V. [De animalium pedeftrium lingua.] Peculiaris quaedam huic parti ineft fubftantia: carnem enim habet fungofiorem ac fanguineam magis. Mufculi enim carnes funt exactae, et potiffimum ipforum partes mediae: nam multi in fuis ipforum finibus in magnos tendones definunt, quos plerique medicorum aponeurofes mufculorum nominant: quos longe maximos mufculi generant, qui ad artuum fines pertinent: quin et mufculi quidam capita habent nervofa. Et ipfius linguae, quam coci e fuibus eximentes elixant, corpus quidem proprium caro quaedam eft fungofa, uti diximus: non tamen eam eximunt folam, neque elixant, fed fimul cum mufculis, qui in ipfam inferuntur: ut plurimum vero etiam cum epiglottide, et larynge, et glandulis, quae illic funt, tum iis, quae linguae funt propriae, falivamque generant, tum iis, quae funt ad pariflhmia ac laryngem. Praeterea venae et arteriae et nervi linguae cum

πρὸς τὰς ἄλλας σάρκας ἐστὶ, καὶ γὰρ ἐκεῖνα σὺν τούτοις ἐσθίεται, πλὴν ὅτι μείζω τε καὶ πλείω τοῦ κατὰ τὴν ἀναλογίαν μεγέθους ὑπάρχει τῷ μορίῳ τῷδε τὰ τρία γένη τῶν ἀγγείων. ἥτις δὲ δύναμίς ἐστι τῆς ἐκ τῶν ἀδενωδῶν σωμάτων τροφῆς, ἑξῆς ἄκουε.

Κεφ. στ΄. [Περὶ ἀδένων.] Τοσοῦτον ἀποκεχώρηκεν ἡ τῶν ἀδένων οὐσία τῆς κατὰ τὴν γλῶτταν, ὅσον ἐκείνη τῶν σαρκῶν. οὐ μὴν ἴσον γε πάντες [377] ἀκριβῶς διεστήκασιν, ἀλλ᾽ οἱ μὲν παρακείμενοι καὶ ψαύοντες αὐτῆς ὅμοιοί πώς εἰσι τοῖς κατὰ τοὺς τιτθοὺς, ὅταν γε μήπω μεστοὶ γάλακτος ὦσιν. οὐ γὰρ διὰ παντὸς ἐργάζονται τὸ σφέτερον ἔργον οἱ κατὰ τοὺς τιτθοὺς ἀδένες, ὥσπερ οἵ τ᾽ ἄλλοι σχεδὸν ἅπαντες, οἵ τε τῆς γλώττης. οἱ μὲν γὰρ ταύτης εἰς σιάλου γένεσιν ὑπὸ τῆς φύσεως παρεσκευάσθησαν, οἱ δὲ ἐν τοῖς τιτθοῖς ἀραιοὶ μὲν γίνονται καὶ χαῦνοι καὶ γάλακτος πλήρεις ἐπὶ ταῖς κυήσεσιν, ἐν ᾧ δὲ οὐκ ἔχουσι χρόνῳ τὸ γάλα, συστέλλονταί τε καὶ πυκνοῦνται, διαφέροντες ἀλλήλων τοιαύτην διαφορὰν, οἵαν οἱ διάβροχοι σπόγγοι τῶν ἐσκελετευμένων· οὕτω γὰρ

aliis carnibus funt communia: illa enim una cum carnibus manduntur, nifi quod in hac particula tria haec vaforum genera plura funt ac majora, quam proportione magnitudinis. Quae porro facultas fit alimenti, quod a glandulofis corporibus fumitur, deinceps audito.

Cap. VI. [De glandulis.] Quantum lingua a carnis fubftantia, tantum glandulae a linguae fubftantia recefferunt: non tamen omnes aequali omnino ab ea diftant intervallo. Sed quae illi adjacent ac contingunt, iis quadantenus funt fimiles, quae in mammis habentur, quando faltem eae lacte nondum refertae fuerint. Non enim glandulae mamillares perpetuo fuo munere funguntur, ut cum aliae propemodum omnes, tum autem eae, quae funt circa linguam; natura enim eas linguae comparavit ad falivam generandam, mamillares vero poft foetum conceptum fiunt rarae ac laxae et lacte plenae, at quo tempore lacte carent, contrahuntur ac denfantur, tantum a fe ipfis differentes, quantum permadidae fpongiae ab exficcatis; fic

ὀνομάζουσιν ὧν ἂν ἐκθλίψαντες ἅπασαν τὴν ὑγρότητα σφίγγωσί τε καὶ συνάγωσιν ὅλον τὸ σῶμα, δεσμοὺς περιβάλλοντες. εἰσὶ δὲ καὶ κατὰ τὴν φάρυγγα καὶ λάρυγγα τοιοῦτοί τινες ἀδένες, ὥσπερ κἀν τῷ μεσεντερίῳ, ἀλλ' οὗτοι μὲν σμικροὶ καὶ διὰ τοῦτο τοὺς πολλοὺς λανθάνουσιν, οἱ δὲ κατὰ τὰ παρίσθμια καὶ τὸν λάρυγγα σαφεῖς τέ εἰσι καὶ μεγάλοι. καὶ ἄλλοι δὲ κατὰ πολλὰ μέρη τοῦ σώματος ἀδένες εἰσὶ σμικροὶ, σχίσεις ἀγγείων στηρίζοντες. οὐ σμικρὸς δ' ἀδήν ἐστιν οὐδ' ὁ καλούμενος θύμος, ἀλλὰ καὶ πάνυ μέγιστος ἐπὶ τῶν νεογενῶν ζώων, αὐξανομένων δὲ μικρότερος γίνεται. πάντων δ' οὖν αὐτῶν κοινὸν, ἡδεῖς τε καὶ ψαθύρους φαίνεσθαι κατὰ τὴν ἐδωδήν· οἱ δ' ἐν τοῖς τιτθοῖς, ὅταν ἔχωσι γάλα, καὶ τῆς ἐκείνου τι γλυκύτητος ἐμφαίνουσι. καὶ διὰ τοῦτο περισπούδαστόν ἐστι τοῖς λίχνοις ἔδεσμα πλήρεις γάλακτος οἱ ἀδένες οὗτοι γενόμενοι, καὶ μάλιστα οἱ ἀπὸ τῶν ὑῶν. ἡ δὲ ἐξ αὐτῶν τροφὴ, καλῶς μὲν πεφθέντων ἐν γαστρὶ, ἐγγὺς μὲν τῇ κατὰ τὰς σάρκας ἐστὶν, ἐλλιπέστερον δὲ κατεργασθέντων, τὸν ὠμὸν ἢ τὸν φλεγματώδη χυμὸν γεννᾷ, τῶν μὲν ὑγροτέ-

enim appellant, a quibus quum humorem omnem expresserint, circumdatis vinculis ipfas conftringunt, totumque ipfarum corpus cogunt. Sunt autem et circa larynga ac pharynga hujusmodi quaedam glandulae, ficut et in mefenterio; verum hae quidem funt exiles, eoque vulgus ipfum latent; quae vero funt ad parifthmia ac larynga, magnae funt ac confpicuae. Sunt et aliae exiguae in multis corporis partibus, vaforum divifiones firmantes ac fulcientes. At glandula illa, cui thymo nomen eft, haudquaquam eft exigua, fed in nuper natis animantibus eft quam maxima, increfcentibus autem illis ipfa decrefcit. Omnibus autem ipfis illud eft commune, ut fuaves in cibo ac friabiles appareant. Mamillares vero, quum lac habent, de ipfius etiam dulcedine quidpiam prae fe ferunt: quapropter hae glandulae, quum lacte funt plenae, fummopere a gulofis expetuntur, praecipue fuillae. Alimentum autem, quod ex iis probe quidem in ventriculo concoctis provenit, prope fane ad carnium alimentum accedit; quod fi minus, quam fat eft, fint confectae, fuccum crudum aut

ρων ἀδένων τὸν φλεγματώδη, τῶν δὲ σκληροτέρων τὸν ὠμὸν, ὑπὲρ οὗ ἔμπροσθεν εἴρηται. ὄντες δ' ἐκ τοῦ γένους τῶν ἀδένων οἱ ὄρχεις οὐχ ὁμοίως εἰσὶν εὔχυμοι τοῖς κατὰ τοὺς τιτθοὺς, ἀλλά τι καὶ βρωμῶδες ἔχουσιν, ἐνδεικνύμενοι τὴν τοῦ σπέρματος, ὃ γεννῶσι, φύσιν, ὥσπερ οἱ νεφροὶ τὴν τοῦ οὔρου. καὶ μέντοι καὶ πεφθῆναι πολὺ χείρους εἰσὶν, οἵ γε τῶν πεζῶν ζώων· οἱ γὰρ τῶν σιτευθέντων ἀλεκτρυόνων ἥδιστοί τε ὑπάρχουσι καὶ τὴν τροφὴν χρηστὴν τῷ σώματι διδόασι. καὶ οἱ παρακείμενοι δὲ τῷ τραχήλῳ τῆς κύστεως ἀδένες ἐγγύς τι τῶν ὀρχεών εἰσι τὴν φύσιν. ἔνιοι δὲ ἐν τοῖς ἀδέσι καὶ τοὺς νεφροὺς ἀριθμοῦσιν· ἔχειν γὰρ ἀδενῶδές τι καὶ οὗτοι δοκοῦσιν αὐτοῖς. κακόχυμοι δέ εἰσιν ἱκανῶς καὶ δύσπεπτοι, καθάπερ οἱ τῶν ἐπὶ πλέον ηὐξημένων ζώων ὄρχεις, ὅταν ἐκτέμνοντες αὐτοὺς ἐσθίωσιν· ἀμείνους γὰρ οἱ τῶν νεωτέρων εἰσίν. οἱ δὲ τῶν ταύρων καὶ τράγων καὶ κριῶν ἀηδεῖς καὶ δύσπεπτοι καὶ κακόχυμοι.

Κεφ. ζ'. (339) [Περὶ ὄρχεων.] Τοὺς ὄρχεις τῶν νέων ὑῶν καὶ βοῶν ἐκτέμνουσι παρ' ἡμῖν οὐ τῆς αὐτῆς ἕνε-

pituitofum generant, humidiores quidem pituitofum, duriores vero crudum, de quo ante diximus. Teftes autem, quum ex genere fint glandularum, non perinde tamen laudabilis funt fucci, ut mamillares, fed habent virofum quiddam, feminis, quod generant, naturam referentes, ceu renes urinae. Atque etiam animalium greffilium teftes ad coquendum longe funt difficiliores. Nam gallorum gallinaceorum altilium teftes et fuaviffimi funt et laudabile corpori praebent alimentum. Glandulae item collo veficae adjacentes prope ad teftium naturam accedunt. Sunt qui renes quoque inter glandulas annumerent: hi namque glandulofum quiddam habere ipfis videntur. Verum pravi admodum funt fucci, et concoctu difficiles, ut adultiorum animalium teftes, quum exectos ipfos mandunt: juniorum enim funt praeftantiores. Taurorum autem, et hircorum, et arietum infuaves funt, ac ad coquendum difficiles et mali fucci.

Cap. VII. [De teftibus.] Juvenibus fuibus ac bobus apud nos teftes exfecant, fed propter ufum diverfum,

κα χρείας, ἀλλὰ τῶν μὲν ὑῶν τῆς ἐδωδῆς, (καὶ γὰρ ἡδίων καὶ τροφιμωτέρα γίνεται καὶ πεφθῆναι βελτίων ἡ σὰρξ τῶν ἐκτμηθέντων ὑῶν,) τῶν δὲ βοῶν ἕνεκα τῆς εἰς τὴν γεωργίαν χρείας, δυσπειθεῖς γὰρ [378] αὐτῆς εἰσιν οἱ ταῦροι. τῶν δ' αἰγῶν καὶ τῶν προβάτων κατ' ἀμφοτέρας τὰς χρείας ἐκτέμνουσι τοὺς ὄρχεις. εἰσὶ δ' ἅπαντες οἱ τῶν εἰρημένων ζώων ὄρχεις δύσπεπτοι καὶ κακόχυμοι, πεφθέντες δὲ καλῶς τρόφιμοι. τὸ δ' ἧττον καὶ μᾶλλον ἐν αὐτοῖς ἀνάλογόν ἐστι τῷ κατὰ τὰς σάρκας εἰρημένῳ. εἰς ὅσον γὰρ τῶν ὑῶν σὰρξ τῆς τῶν ἄλλων ἐστὶ βελτίων, εἰς τοσοῦτον καὶ ὄρχεις τῶν ὄρχεων. μόνοι δ' οἱ τῶν ἀλεκτρυόνων ἄριστοι κατὰ πάντα, καὶ μάλιστα τῶν σιτευθέντων.

Κεφ. η'. [Περὶ ἐγκεφάλου.] Φλεγματικώτερόν ἐστι καὶ παχύχυμον ἔδεσμα, καὶ βραδύπορον καὶ δύσπεπτον, οὐχ ἥκιστα δὲ καὶ κακοστόμαχον ἅπας ἐγκέφαλος. ἐξαπατώμενοι δὲ ὑπὸ τῆς μαλακότητος αὐτοῦ διδόασιν ἔνιοι τοῖς κάμνουσιν, ὄντα πρὸς τοῖς ἄλλοις καὶ ναυτιώδη. μᾶλλον οὖν ὅταν

nam fuum quidem teftes cibi caufa fecantur: fuum enim caftratorum caro fuavior fit, et plenioris alimenti, et ad coquendum facilior: boum vero, ut ad agriculturam fint meliores: tauri enim non facile ab hominibus domantur. Caprae autem et oves propter utrumque ufum caftrantur. Porro omnes memoratorum animalium teftes ad coquendum funt difficiles ac mali fucci: nutriunt tamen, fi belle conficiantur, alii magis, alii minus, pro ea proportione, quam in carnibus ineffe diximus. Nam quanto fuum caro aliis eft praeftantior, tanto horum quoque teftes aliorum animantium teftibus funt meliores: foli autem gallorum gallinaceorum undequaque funt praeftantiffimi, et potiffimum eorum, qui faginati fuerint.

Cap. VIII. [De cerebro.] Cerebrum omne cibus eft pituitofior, craffique fucci, et tarde permeans, ac ad coquendum difficilis: non minimum etiam cerebrum omne ftomacho nocet. Quidam autem ipfius mollitie decepti ipfum aegrotis exhibent, quum praeter alia naufeam etiam

ἐμέσαι τινὰ βουληθῇς ἀπὸ τροφῆς, καὶ τούτου μόριον αὐτῷ δίδου λιπαρῶς ἠρτυμένον ἐν τοῖς τελευταίοις προσενέγκασθαι, φυλάττου δὲ ἐπὶ τῶν ἀνορέκτων, οὓς ἀποσίτους ἐκάλουν οἱ παλαιοί. εἰκότως οὖν οὐδ' ἐσθίει τις ὕστερον αὐτὸ τῶν ἄλλων ἐδεσμάτων, τῇ πείρᾳ δεδιδαγμένων ἁπάντων, ὅπως ἐστὶ ναυτιώδης. εὐλόγως δὲ καὶ σὺν ὀριγάνῳ πολλοὶ προσφέρονται, καθάπερ ἔνιοι μετὰ τῶν ποικίλως ἠρτυμένων ἁλῶν. ἅτε γὰρ παχύχυμος ὢν καὶ περιττωματικὸς, ἀμείνων ἐμεῖν γίνεται τὰ πάντα, μετὰ τῶν τεμνόντων καὶ θερμαινόντων σκευασθείς. εἰ μέντοι καλῶς πεφθῇ, τροφὴν ἀξιόλογον δίδωσι τῷ σώματι.

Κεφ. θ'. [Περὶ τοῦ ἐν τοῖς ὀστοῖς μυελοῦ.] Γλυκύτερος καὶ ἡδίων ἐστὶ καὶ λιπαρώτερος ὁ ἐν τοῖς ὀστοῖς εὑρισκόμενος μυελὸς τοῦ ἐγκεφάλου· ὥστ', εἴ τις ἐκ παραβολῆς αὐτῶν γεύοιτο, δόξει τι καὶ αὐστηρὸν ἔχειν τὸν ἐγκέφαλον. ἔστι δὲ καὶ ναυτιῶδες ἔδεσμα πλείων προσενεχθεὶς ὁ μυελὸς, ὥσπερ καὶ ὁ ἐγκέφαλος. εἴ γε μὴν καλῶς πεφθείη, τρόφιμός ἐστι καὶ αὐτός.

concitet: quin imo, quum cuipiam a cibo vomitum movere vis, hujus partem pinguiter conditam poftremis epulis edendam exhibe. Illis vero cave exhibeas, qui non appetunt, quos veteres inappetentes appellabant. Merito igitur nemo cerebrum fummis epulis mandit, quum omnes ipfa experientia docti fciant, ipfum naufeam excitare. Jure etiam plerique cum origano mandunt, uti nonnulli cum fale variis modis apparato: quippe quum craffi fit fucci et excrementitium, omnino vomitioni fit accommodatius, quando cum incidentibus et calefacientibus fuerit paratum. Si tamen recte confici poffit, alimentum corpori praeftabit non contemnendum.

Cap. IX. [De offium medulla.] Medulla, quae in offibus invenitur, cerebro eft dulcior, jucundior ac pinguior, adeo ut, fi ea inter fe comparando guftes, putaturus fis, cerebrum aufterum etiam aliquid in fe habere. Porro medulla naufeam provocat, fi liberalius fumatur, quemadmodum et cerebrum: nutrit tamen et ipfa, fi probe conficiatur.

Κεφ. ί. [Περὶ νωτιαίου μυελοῦ.] Ὁ νωτιαῖος μυελὸς ὁμογενὴς μέν ἐστιν ἐγκεφάλῳ, κακῶς δὲ ὀνομάζεται μυελός· ἔστι γὰρ μυελὸς ὑγρότερός τε καὶ μαλακώτερος καὶ λιπαρώτερος οὐ μόνον τοῦ νωτιαίου, ἀλλὰ καὶ αὐτοῦ τοῦ ἐγκεφάλου. ἐπεὶ δ᾽ ὑπὸ τῶν κατὰ τὴν ῥάχιν ὀστῶν περιέχεται, παραπλήσιος ὢν κατὰ τὴν χρόαν μυελῷ, διὰ τοῦτο μυελὸν ὀνομάζουσιν αὐτὸν, ὥσπερ γε καὶ αὐτὸν τὸν ἐγκέφαλον ἔνιοι προσηγόρευσαν ὡσαύτως. ἔστι δ᾽ ὁ νωτιαῖος μυελὸς συνεχὴς μὲν τῷ ἐγκεφάλῳ καὶ τῆς αὐτῆς φύσεως αὐτῷ, σκληρότερος δ᾽ οὐκ ὀλίγῳ, καὶ μάλιστα ἐν τοῖς κάτω τῆς ῥάχεως πέρασιν· εἰς ὅσον γὰρ ἀφίσταται τοῦ ἐγκεφάλου, τοσοῦτον μᾶλλον σκληρύνεται. λιπαρότητός τε οὖν ἥκιστα μετέχει καὶ διὰ τοῦτο καὶ τὸ ναυτιῶδες ἐκπέφευγε, κἂν πεφθῇ καλῶς, τροφὴν οὐκ ὀλίγην δίδωσι τῷ σώματι.

Κεφ. ιά. [379] [Περὶ πιμελῆς καὶ στέατος.] Ἐλαιώδη μὲν ἄμφω ταῦτα, διαφέρει δὲ ἀλλήλων ὑγρότητι καὶ ξηρότητι. πιμελὴ μὲν γὰρ ὑγρόν τι χρῆμά ἐστι παραπλήσιον ἐλαίῳ διὰ μακρὰν παλαιότητα πεπαχυμμένῳ· τὸ στέαρ δὲ

Cap. X. [De ſpinali medulla.] Spinalis medulla ejusdem quidem cum cerebro eſt generis: eam tamen perperam medullam appellarunt, quum medulla ipſa non modo ſpinali hac, verum etiam cerebro ipſo ſit humidior ac mollior et pinguior. Quod vero in ſpinae oſſibus contineatur, coloremque habeat medullae aſſimilem, ob id ipſum medullam nominant; quo nomine quidam ipſum quoque cerebrum vocitarunt. Eſt porro ſpinalis medulla cerebro continua, ac ejusdem cum eo naturae, niſi quod ipſo multo eſt durior, potiſſimum in infernis ſpinae ſinibus: quantum enim a cerebro abſcedit, tanto magis dureſcit. Pinguedinis ſane habet minimum: quo ſit, ut nauſeam non provocet: et ſi probe conficiatur, non exiguum corpori dat alimentum.

Cap. XI. [De adipe et ſevo.] Utrumque quidem eſt oleoſum, humiditate tamen et ſiccitate inter ſe differunt. Pinguedo namque humida quaepiam res eſt, oleo longa vetuſtate incraſſato aſſimilis. Sevum vero adipe multo eſt ſic-

ξηρότερόν ἐστι πιμελῆς πολλῷ, καὶ διὰ τοῦτο, κἂν θερμήνας αὐτοῦ καταχέῃς, συνίσταται καὶ πήγνυται ῥᾳδίως. ὀλιγότροφα δὲ ἄμφω καὶ μᾶλλον ἡδύσματά ἐστι τῶν τρεφουσῶν ἡμᾶς σαρκῶν, ἢ αὐταὶ τροφαί.

Κεφ. ιβ΄. [Περὶ τῶν ἐν τοῖς πεζοῖς ζώοις σπλάγχνων.] Τὸ μὲν ἧπαρ ἁπάντων τῶν ζώων παχύχυμόν τέ ἐστι καὶ δύσπεπτον, καὶ βραδύπορον ὑπάρχον. ἄμεινον δ' ἐν αὐτοῖς, οὐκ εἰς ἡδονὴν μόνον, ἀλλὰ καὶ εἰς τἄλλα, τὸ συκωτὸν ὀνομαζόμενόν ἐστι, τῆς προσηγορίας ταύτης τυχὸν, ἐπειδὴ πολλῶν σύκων ξηρῶν ἐδωδῇ τοῦ μέλλοντος σφάττεσθαι ζώου τοιοῦτον παρασκευάζουσιν αὐτό· ὃ πράττουσιν οὕτως ἐπὶ τῶν ὑῶν μάλιστα διὰ τὸ φύσει τὰ τούτου τοῦ ζώου σπλάγχνα πολὺ τῶν ἐν τοῖς ἄλλοις ὑπάρχειν ἡδίω. γίνεται δὲ κἀκεῖνα σφῶν αὐτῶν ἀμείνω, φαγόντος τοῦ ζώου πολλὰς ἰσχάδας· ἀλλ' οὐκ εὔλογον εἶναι δοκεῖ τοῖς ἀνθρώποις ὑπερβᾶσι τὸ φύσει κάλλιον ἐπὶ τὰ χείρω παραγίνεσθαι. τῶν δὲ ἄλλων σπλάγχνων ὁ μὲν σπλὴν οὐδὲ πρὸς τὴν γεῦσιν ἀκριβῶς ἡδύς ἐστιν, (ἔχει γάρ τι στρυφνὸν ἐμφαινόμενον,) εἰκό-

cius: ideoque, si calefactum ipsum fundas, coit facile ac concrescit. Pauci utrumque est nutrimenti, potiusque carnium nos alentium sunt condimenta, quam alimenta.

Cap. XII. [De pedestrium animalium visceribus.] Omnium quidem animalium jecur crassi est succi, ac ad coquendum difficile, tardeque permeat: omnium autem est praestantissimum, non modo ad voluptatem, sed ad alia etiam omnia, quod ficatum appellatur: quam appellationem inde habuit, quod animalis mactandi jecur multarum ficuum siccarum esu sic praeparent: quod maxime faciunt in suibus, propterea quod hujus animalis viscera aliorum animalium visceribus natura multo sunt suaviora: evadunt tamen et illa se ipsis meliora, quum animal ipsum caricas affatim comederit: verum minime consentaneum hominibus videtur, praeteritis quae natura caeteris praestant, deteriora consectari. Reliquorum autem viscerum lien quidem gustu est non exacte suavis: est enim in eo perspicua quaedam acer-

τως δὲ καὶ κακόχυμος εἶναι πεπίστευται, μελαγχολικοῦ γεννητικὸς αἵματος ὑπάρχων. ἀμφοῖν δ᾽ εὐπεπτότερος, ὅσῳ καὶ ἀραιότερος, ὁ πνεύμων ἐστὶ, παμπόλλῳ γε μὴν ἥπατος εἰς θρέψιν ἥττων· ἣν δὲ δίδωσι τροφὴν τῷ σώματι, φλεγματικωτέρα μᾶλλόν ἐστιν. ἡ δὲ καρδία κατὰ μὲν τὴν οὐσίαν ἰνώδης σάρξ ἐστι καὶ σκληρὰ, καὶ διὰ τοῦτο δύσπεπτός ἐστι καὶ βραδύπορος· εἰ δὲ πεφθείη καλῶς, τροφὴν οὐκ ὀλίγην οὐδὲ κακόχυμον δίδωσι τῷ σώματι. περὶ δὲ νεφρῶν (καὶ γὰρ καὶ τούτους τινὲς ἐν τοῖς σπλάγχνοις ἀριθμοῦσιν) ἔμπροσθεν εἴρηται.

Κεφ. ιγ'. [Περὶ κοιλίας καὶ μήτρας καὶ ἐντέρων τῶν ἐν τοῖς τετράποσι ζώοις.] Σκληρότερα τὰ μόρια ταῦτά ἐστι τῶν σαρκῶν. διὸ, κἂν καλῶς πεφθῇ, τὸν χυμὸν οὐκ ἀκριβῶς αἱματικόν τε καὶ ἄμεμπτον, ἀλλὰ ψυχρότερόν τε καὶ ὠμότερον ἐργάζεται. πρότερον οὖν χρόνου πλέονος δεῖται πρὸς τὸ καλῶς κατεργασθῆναι καὶ αἷμα χρηστὸν γενέσθαι.

Κεφ. ιδ'. [Περὶ τῆς τῶν ἡμέρων καὶ ἀγρίων ζώων διαφορᾶς.] Τῶν ἡμέρων ζώων ἡ κρᾶσις ὑγροτέρα τῆς τῶν

bitas: merito autem pravi quoque fucci effe creditur, ut qui fanguinem melancholicum generet. Utroque vero tanto pulmo eft ad coquendum facilior, quanto eft rarior: multo tamen, quod ad nutriendum attinet, hepate eft inferior. Pituitofius autem longe eft id alimentum, quod corpori praebet. Cor fubftantia quidem caro eft fibrofa ac dura, ideoque ad coquendum eft difficile, et tarde permeat: fi tamen probe conficiatur, alimentum corpori exhibet non paucum, neque mali fucci. De renibus autem (nam hos quoque quidam inter vifcera connumerant) prius diximus.

Cap. XIII. [De quadrupedum animalium ventriculo, utero et inteftinis.] Duriores carnibus funt hae partes: ob id, etiamfi rite conficiantur, fuccum tamen gignent plane fanguineum, neque inculpatum, fed frigidiorem ac crudiorem. Proinde multum temporis requirunt, priusquam fatis confici et in probum fanguinem mutari queant.

Cap. XIV. [De agreftium ac domefticorum animalium differentia.] Domeftica animalia temperie humidiora

ἀγρίων ἐστὶ διά τε τὴν ὑγρότητα τοῦ ἀέρος, ἐν ᾧ διαιτῶνται, καὶ τὸ ῥάθυμον τοῦ βίου. τὰ δὲ ἐν τοῖς ὄρεσι ταλαιπωρεῖταί τε καὶ κάμνει πολλὰ καὶ κατὰ ξηρότερον ἀέρα διατρίβει. [380] διὰ τοῦτο οὖν ἥ τε σὰρξ αὐτῶν ἐστι σκληροτέρα καὶ πιμελῆς ἢ οὐδ' ὅλως ἢ ὀλίγιστόν τι μετέχει. ταύτῃ τοι καὶ ἀσηπτοτέρα πλείοσιν ἡμέραις διαμένει τῶν ἡμέρων τε καὶ ἀργῶς διαιτωμένων ζώων. πρόδηλον δ', ὅτι καὶ ἀπέριττός ἐστιν ἡ ἐξ αὐτῶν τροφὴ μᾶλλον, ὥσπερ ἡ ἀπὸ τῶν ἡμέρων τε καὶ ἀργῶν περιττωματική. τρέφειν τε οὖν ἀναγκαῖόν ἐστι τὴν τοιαύτην τροφὴν μᾶλλον, εὐχυμοτέραν τε πολλῷ τῆς ἑτέρας ὑπάρχειν.

Κεφ. ιε'. [Περὶ γάλακτος.] Καὶ τοῦτο τῆς ἀπὸ τῶν ζώων ἐστὶ τροφῆς ἕν τι, διαφέρον μὲν καὶ κατὰ τὰς ὥρας τοῦ ἔτους οὐ σμικρὰν διαφορὰν, (340) ἔτι δὲ μείζονα τὴν κατ' αὐτὰ τὰ ζῶα. τὸ μὲν γὰρ τῶν βοῶν παχύτατόν ἐστι καὶ λιπαρώτατον, ὑγρότατον δὲ καὶ ἥκιστα λιπαρώτατον τὸ τῆς καμήλου, καὶ μετὰ ταῦθ' ἵππου, μετὰ δὲ ταῦτ' ὄνου·

ſunt, quam agreſtia, tum ob aëris, in quo degunt, humiditatem, tum vero etiam ob vitae ignaviam. Quae vero in montibus degunt, multum exercentur ac fatigantur, praeterea in aëre ſicciore vivunt: quapropter eorum caro eſt durior, nulliusque prorſus pinguedinis aut pauciſſimae particeps: quae cauſa eſt, cur pluribus diebus, quam domeſticorum et otioſe degentium animalium, ſervetur imputris. Liquet item, quod alimentum, quod ab iis provenit, minus habet excrementi: contra excrementitium eſt, quod a domeſticis atque otioſis ſumitur. Neceſſe igitur eſt alimentum ejusmodi nutrire valentius, quam alterum, ſuccumque gignere multo meliorem.

Cap. XV. [De lacte.] Lac quoque inter cibos, qui ab animalibus ſumuntur, eſt numerandum: in quo haud parva eſt pro anni temporibus differentia, et ea adhuc major pro ipſorum animalium ſpecie. Siquidem vaccarum lac craſſiſſimum eſt ac pinguiſſimum, liquidiſſimum autem ac minime pingue camelarum; mox equarum; deinde aſina-

Ed. Chart. VI. [380.] Ed. Baf. IV. (340.)

σύμμετρον δὲ τῇ συστάσει τὸ τῆς αἰγός ἐστι γάλα· τὸ δὲ τοῦ προβάτου παχύτερον τούτου. κατὰ δὲ τὰς ὥρας τοῦ ἔτους ὑγρότατόν μέν ἐστι τὸ μετὰ τὴν ἀποκύησιν, ἀεὶ δὲ μᾶλλον ἐν τῷ προϊέναι παχύνεται. καὶ κατὰ μέσον τὸ θέρος ἐν τῷ μέσῳ καὶ αὐτὸ τῆς αὑτοῦ φύσεως καθίσταται. μετὰ δὲ τὸν καιρὸν τοῦτον ἤδη παχύνεται κατὰ βραχὺ, μέχρις ἂν παύσηται τελέως. ἔστι δ', ὥσπερ ὑγρότατον ἦρος, οὕτω καὶ πλεῖστον. ὅτι δ', ὡς προείρηται, καὶ κατὰ τὰ τῶν ζώων εἴδη τὸ γάλα διαφέρει, θεασαμένῳ μὲν αὐτίκα φαίνεται, σαφέστερον δὲ γίνεται κἀκ τοῦ σκευαζομένου καθ' ἕκαστον αὐτοῦ τυροῦ. πλεῖστον μὲν γὰρ ὀῤῥὸν ἴσχει τὸ ὑγρότατον γάλα, πλεῖστον δὲ τυρὸν τὸ παχύτατον. ὑπάγει τοίνυν εἰκότως τὴν γαστέρα τὸ μὲν ὑγρότερον μᾶλλον, ἧττον δὲ τὸ παχύτερον. ἔμπαλιν δὲ τὸ παχύτερον μὲν τρέφει μᾶλλον, τὸ λεπτότερον δὲ ἧττον. εἰ δὲ προαφεψήσας τις τὸ γάλα τὸν ὀῤῥὸν ἐκδαπανήσειεν, οὐδ' ὅλως ὑπάγει. κοχλάκων δὲ διαπύρων ἐμβληθέντων τοσούτων, ὡς ἐκδαπανῆσαι τὸν ὀῤῥὸν ἅπαντα, πρὸς τῷ μηκέθ' ὑπάγειν τὴν γαστέρα τὸ οὕτως

rum: mediae autem confiftentiae eft caprarum: hoc craffius ovium. Secundum autem anni tempora lac poft partum eft liquidiffimum, temporis vero progreffu magis femper ac magis incraffefcit; aeftate vero media ipfum etiam in medio fuae naturae confiftit: poft id autem tempus fenfim jam craffefcit, quoad penitus deficiat, vere autem ut liquidiffimum, ita etiam copiofiffimum. Quod autem lac, ut prius diximus, pro animalium fpecie differat, id vel intuenti quidem protinus apparet, manifeftius autem fiet, fi ex unoquoque lactis genere cafeus paretur: etenim liquidiffimum lac ferum, craffiffimum cafeum habet plurimum. Merito igitur liquidius quidem lac magis, craffius autem minus alvum fubducit. Contra autem craffius quidem valentius nutrit, tenuius autem minus. Quod fi quis lac prius elixando ferum omne confumpferit, nihil prorfus fubducet. Injectis vero lapillis ignitis tantifper, dum ferum omne confumatur, praeterquam quod fic paratum alvum non fub-

σκευασθὲν ἔτι καὶ τοὐναντίον ἐργάζεται· καὶ δίδομεν αὐτὸ τοῖς ὑπὸ τῶν δριμέων περιττωμάτων δακνομένοις κατὰ τὴν γαστέρα. τῶν κοχλάκων δὲ οὐχ ἧττον, ἀλλὰ μᾶλλον, ἐμβαλλόμενοι κυκλίσκοι σιδήρου διάπυροι ταὐτὸν ἐργάζονται. τυροῦταί γε μὴν ἐν τῇ γαστρὶ ῥᾳδίως τὸ οὕτως σκευασθὲν γάλα. διὸ καὶ μίγνυμεν αὐτῷ μέλιτός τε καὶ ἁλῶν, ἀσφαλέστερον δὲ καὶ ὕδατος ἐπιχέειν, ὥσπερ καὶ ποιοῦσι τῶν ἰατρῶν οὐκ ὀλίγοι. καὶ μὴ θαυμάσῃς, εἰ τὸν ὀῤῥὸν ἐκδαπανήσαντες αὖθις ὕδατος ἐπιχέουσιν. οὐ γὰρ τὴν ὑγρότητα τοῦ ὀῤῥοῦ φεύγουσιν, ἀλλὰ τὴν δριμύτητα, καθ' ἣν ὑπάγει τὴν γαστέρα τὸ σύμπαν γάλα, μικτὸν ἐξ ἐναντίων οὐσιῶν ὑπάρχον, ὀῤῥοῦ τε καὶ τυροῦ. μετέχει δὲ πρὸς τοῖσδε καὶ τρίτου τοῦ λιπαροῦ χυμοῦ, πλείστου μὲν, ὡς εἴρηται, τὸ τῶν βοῶν γάλα. διὸ καὶ σκευάζουσιν ἐξ αὐτοῦ τὸ καλούμενον βούτυρον, ὃ καὶ γευσάμενος καὶ θεασάμενος μόνον ἐναργῶς γνώσῃ, πόσον αὐτῷ λιπαρότητος μέτεστιν. εἰ δὲ καὶ χρίσας τι μέρος τοῦ σώματος ἀνατρίψαις αὐτὸ, λιπαινόμενον ὡς ἐξ ἐλαίου θεάσῃ τὸ δέρμα. κἂν εἰ νεκροῦ δὲ ζώου δέρμα ξηρὸν ἀλεί-

ducit, contrarium etiam efficit; ipfumque iis exhibemus, quibus venter acrium excrementorum demorfu infeftatur. Id ipfum autem efficiunt non minus, quam lapilli, aut etiam efficacius, ferrei orbiculi igniti. Facile tamen lac fic paratum in ventriculo in cafeum cogitur. Ob id mel illi et falem admifcemus, quin et aquam etiam affundere fecurius fuerit, ut plerique medicorum factitant. Neque mirum tibi videatur, quod, fero confumpto, rurfus aquam infundant: non enim feri humiditas eft, quam fugiunt, fed acrimonia: cujus occafione lac omne alvum fubducit, ex fubftantiis contrariis mixtum, fero fcilicet et cafeo. Ad haec tertium etiam pinguem fuccum habet, et ipfum quidem lac vaccarum, ut dictum eft, plurimum: ideoque butyrum (quod vocant) ex eo conficiunt; quod guftu folo ufuque quantum in fe pinguedinis habeat, facile cognofcas. Quod fi partem aliquam corporis eo inunxeris ac fricueris, cernes cutim pinguem non aliter, ac fi oleo fricuiffes: praeterea, fi mortui animalis corium aridum eo inunxeris, eundem cernes effe-

ψαις αὐτῷ, τὴν αὐτὴν ἐνέργειαν ὄψει. καὶ μέντοι καὶ ἄνθρωποι κατὰ πολλὰ τῶν ψυχρῶν χωρίων, ἐν οἷς ἀποροῦσιν ἐλαίου, χρῶνται λουόμενοι τῷ βουτύρῳ. [381] φαίνεται δὲ κἂν ἐπ᾿ ἀνθράκων διαπύρων ἐκχέῃς αὐτὸ, φλόγα ποιοῦν, ὥσπερ ἡ πιμελή. καὶ μέντοι καὶ χρώμεθα αὐτῷ πολλάκις εἰς ὅσα καὶ τῷ στέατι, καταπλάσμασί τε καὶ ἄλλοις φαρμάκοις μιγνύντες. τὸ μὲν οὖν βόειον, ὡς ἔφην, γάλα λιπαρώτατόν ἐστι· τὸ δὲ τῶν προβάτων τε καὶ τῶν αἰγῶν ἔχει μέν τι καὶ αὐτὸ λίπους, ἀλλ᾿ ἧττον πολὺ, τὸ δὲ τῶν ὄνων ἥκιστα μετέχει τοιούτου χυμοῦ. διὸ καὶ σπανίως ἐτυρώθη τινὶ κατὰ τὴν γαστέρα πινόμενον αὐτίκα θερμὸν ἅμα τῷ τῶν τιτθῶν ἐκπεσεῖν. εἰ δ᾿ ἁλῶν λάβοι καὶ μέλιτος, ἀδύνατον παγῆναί τε αὐτὸ καὶ τυρωθῆναι κατὰ τὴν γαστέρα. διὰ δὲ τὴν αὐτὴν αἰτίαν ἡ κάτω διαχώρησις αὐτῷ γίνεται πλείων, ὡς ἂν καὶ τὸν ὀῤῥὸν ἔχοντος πολὺν, ὑφ᾿ οὗ τὸ σύμπαν γάλα τὴν ὑπακτικὴν λαμβάνει δύναμιν, ὅσον ἐπὶ τῷ τυρώδει τὴν σταλτικὴν ἔχον. ὁπόσον δ᾿ ἀπολείπεται τῆς ἄλλης τοῦ γάλακτος φύσεως εἰς εὐχυμίαν ὁ ὀῤῥὸς, τοσοῦτον πλεονεκτεῖ τῶν ἄλλων ἁπάντων, ὅσα λαπάττει τὴν γαστέρα. διό μοι

ctum: quin imo homines in plerisque frigidis regionibus, in quibus oleo carent, in balneo butyro utuntur. Cernitur praeterea, fi ignitis carbonibus ipfum infundas, non aliter, ac pinguedo, flammam excitare. Denique utimur ipfo in illis, in quibus utimur adipe, cataplafmatibus aliisque medicamentis ipfum permifcentes. Pinguiffimum itaque, ut diximus, eft lac bubulum; ovillum vero ac caprinum habent quidem et ipfa pinguedinis quidpiam, fed multo minus; afininum vero hujus fucci habet minimum: quocirca raro in ventriculo cujusquam coagulatur, fi ftatim, ut mammis excidit, calidum fuerit epotum; quod fi fal et mel adjiciantur, fieri non poteft, ut ipfum in ventriculo concrefcat ac coaguletur. Eandem ob caufam magis per alvum dejicitur, ut quod ferum multum habeat, a quo lac omne facultatem accipit dejiciendi, uti a cafeofa fubftantia fiftendi. Quantum vero ferum ab alia lactis natura fucci bonitate fuperatur, tanto alia omnia, quae ventrem dejiciunt, fuperat: ob

δοκοῦσι καὶ οἱ παλαιοὶ πλείστῳ χρῆσθαι τούτῳ τῷ πόματι πρὸς ὑπαγωγὴν γαστρός. ἐμβαλεῖν δ᾽ αὐτῷ χρὴ μέλιτος ἀρίστου τοσοῦτον, ὅσον ἥδῦναι χωρὶς ἀνατροπῆς στομάχου· κατὰ δὲ τὸν αὐτὸν λόγον καὶ τῶν ἁλῶν ἄχρι τοῦ μὴ λυπῆσαι τὴν γεῦσιν. εἴ γε μὴν ὑπάγειν αὐτὸ μᾶλλον ἐθέλοις, ὡς πλεῖστον ἔμβαλε τῶν ἁλῶν. ταῦτα μὲν οὖν ἐπὶ πλέον ἢ κατὰ τὴν ἐνεστῶσαν εἴρηται πραγματείαν. ὅσα γὰρ ὡς τροφῇ τῷ γάλακτι συμβέβηκεν ἔχειν ἀγαθὰ, ταῦτα προὔκειτο διέρχεσθαι· μεμιγμένου δ᾽ αὐτοῖς τοῦ κατὰ τὴν ὑπαγωγὴν τῆς γαστρὸς ἐκ τῆς κοινωνίας τῆσδε τὴν ἐκτροπὴν ὁ λόγος ἔσχε. πάλιν οὖν αὐτὸν ἐπαναγάγωμεν ἐπὶ τὸ προκείμενον, εἴπωμέν τε τὰ μήπω λελεγμένα περὶ τῆς ἐν τῷ γάλακτι δυνάμεως, ὃ ἐν τοῖς μάλιστα καὶ τοῦτ᾽ ἔστιν, εὐχυμότατον εἶναι τὸ ἄριστον γάλα σχεδὸν ἁπάντων, ὅσα προσφερόμεθα. μὴ παρακούσῃς δὲ τοῦ προκειμένου κατὰ τὸν λόγον. οὐ γὰρ ἁπλῶς εἶπον, εὐχυμότατον εἶναι γάλα πᾶν, ἀλλὰ προσέτι τὸ ἄριστον. ὡς τό γε κακόχυμον γάλα τοσοῦτον οὐ συντελεῖ εἰς εὐχυμίαν,

id veteres ad alvum fubducendam hoc potu plurimo ufi videntur. Tantum autem mellis optimi ei eft injiciendum, quantum fuave citra ftomachi everfionem fentietur. Pari modo et falem ea menfura injicies, quoad guftum non offendat: quod fi ipfum magis fubducere velis, falis quamplurimum injicies. Haec certe diffufius explicuimus, quam praefens inftitutum poftulet: propofitum enim fuerat ea commoda exponere, quae lacti infunt ut alimento: quibus quum id commodum, quod nobis praeftat in alvo dejicienda, effet admixtum, fecit rei affinitas, ut in hanc digreffionem fermo nofter deflexerit. Rurfus igitur ad propofitum reverfi, quae de lactis facultate fuperfunt exequamur; quorum id omnium eft maximum, quod omnium fere, quae mandimus, lac optimum optimi eft fucci. Verum cave, ne male accipias, quod jam pronunciavimus. Non enim fimpliciter diximus, lac omne optimi effe fucci, fed praeterea optimum adjunximus. Nam lac quidem, quod vitiofi eft fucci, tantum abeft, ut ad fuccum probum gignendum conferat, ut, qui eo utun-

ὥστε καὶ τοὺς χρωμένους αὐτῷ κακοχύμους ἐργάζεται. καὶ φανερὸν, ὥς γε παιδίον, ἀποθανούσης τῆς προτέρας τιτθῆς, ἑτέρας κακοχύμου παρασχούσης αὐτῷ γάλα, πολλῶν ἑλκῶν ἐνεπλήσθη τὸ σύμπαν σῶμα· ἐδεδιήτητο δ᾽ ἐπὶ λαχάνοις ἀγρίοις ἡ δευτέρα τιτθὴ κατ᾽ ἀγρὸν, ἦρος ὥρᾳ, λιμοῦ κατασχόντος. αὐτή τε οὖν ἐπληρώθη τοιούτων ἑλκῶν, ἕτεροί τέ τινες τῶν κατὰ τὴν αὐτὴν χώραν, ὁμοίως διαιτηθέντες. εἴδομεν δὲ τοῦτο κἀπὶ πολλῶν ἄλλων γυναικῶν παιδία τρεφουσῶν κατὰ τὸν αὐτὸν ἐκεῖνον χρόνον. ἀλλὰ κἂν αἰγὸς ἤ τινος ἄλλου ζώου νεμηθέντος σκαμμωνίαν ἢ τιθύμαλλον ἐν τροφῆς μέρει προσενέγκηταί τις γάλα, ῥυήσεται πάντως ἡ γαστὴρ αὐτῷ. καθάπερ οὖν ἐπὶ τῶν ἄλλων ἁπάντων, οὕτω κἀπὶ τοῦ γάλακτος ἀκούειν σε χρὴ, τῶν δυνάμεων οὐχ ἁπλῶς λεγομένων ἐπὶ τοῦ τυχόντος, ἀλλ᾽ ἐπὶ τοῦ καλλίστου μόνον· τὸ δὲ ἀπολειπόμενον ἐν ἑκάστῳ γένει τοῦ πρωτεύοντος ἀπολείπεται τοσοῦτον καὶ τῆς εἰς ἡμᾶς ὠφελείας. τὸ μὲν οὖν ὀῤῥοῦ πλεῖστον ἔχον ἀκινδυνότατόν ἐστιν, εἰ καὶ διαπαντὸς αὐτῷ τις χρῷτο· τὸ δ᾽ ὀλίγον μὲν ἔχον ὑγρότητος τοιαύτης, οὐκ ὀλί-

tur, cacochymos reddat. Cui rei argumento fuit is infans, qui, quum, priore nutrice mortua, alterius pravi fucci lac fuxiffet, totum corpus multis ulceribus habuit refertum: utebatur autem fecunda haec nutrix in agro fylveftribus oleribus propter annonae caritatem, quae veris tempore acciderat: unde et ipfa hujuscemodi ulceribus fcatuit, et alii quidam, qui in eodem agro fimili victu funt ufi. Vidimus et aliis permultis mulieribus infantes nutrientibus id temporis idem accidere. Atque etiam fi caprae aut alterius cujuspiam animalis fcammonium aut tithymallum depafti lac cibi loco quis fumpferit, omnino alvus illi fluet. Quemadmodum igitur de aliis omnibus, ita de lactis facultatibus intelligere oportet, non tanquam fimpliciter de quovis dicatur, fed de optimo duntaxat: quantum autem in fingulis generibus unumquodque ab optimo deficit, tanto commodis, quae optimum id nobis praeftat, eft inferius. Lac igitur, quod feri habet plurimum, etiamfi femper eo utare, nihil penitus affeset periculi: quod vero hujuscemodi humiditatem habet

γον δὲ παχύτητος τυρώδους, οὐκ ἀσφαλές ἐστιν ἅπασι τοῖς ἐν αὐτῷ πλεονάζουσι. βλάψει μὲν γὰρ νεφροὺς, ὅσοι γ' ἐπιτηδείως ἔχουσιν εἰς λίθων γένεσιν, ἐμφράξεις δὲ καθ' ἧπαρ ἐργάσεται τοῖς ἑτοίμως παθεῖν δυναμένοις τοῦτο. [382] τοιοῦτοι δ' εἰσὶν, οἷς στενὰ τὰ πέρατα τῶν μεταλαμβανομένων ἀγγείων τὴν ἐκ τῶν σιμῶν τοῦ σπλάγχνου τροφὴν εἰς τὰ κυρτά. τοῖς δὲ κατὰ θώρακα καὶ πνεύμονα χωρίοις ἀγαθὸν ἅπαν ἐστὶ γάλα, κεφαλῇ δ' οὐκ ἐπιτήδειον, εἰ μή τις ἰσχυρὰν ἔχει πάνυ; καθάπερ οὐδ' ὑποχονδρίοις, ὅσα ῥᾳδίως ἐμφυσᾶται. πνευματοῦται γὰρ ἐν τῇ γαστρὶ παμπόλλοις, ὡς ὀλιγίστους εἶναι τοὺς μὴ πάσχοντας τοῦτο. μετὰ δέ τινος τῶν παχὺν ἐχόντων χυμὸν ἐδεσμάτων ἐπιπλέον ἑψηθὲν ἀποτίθεται μὲν τὸ φυσῶδες, ἐμφρακτικώτερον δὲ ἥπατος γίνεται, καὶ τῶν ἐν νεφροῖς λίθων γεννητικώτερον. ἐδέσματα δ' εἶναι τοιαῦτα κατὰ τὸν πρῶτον εἴρηται λόγον ἄμυλός τε καὶ σεμίδαλις καὶ χόνδρος καὶ τράγος καὶ ὄρυζα, λάγανά τε καὶ ῥυήματα καὶ (341) ἄρτοι μήτε καλῶς ὠπτημένοι, μήτε προπαρεσκευασμένοι διὰ τρίψεως πολλῆς ἅμα δαψιλέσιν ἁλσὶ,

exiguam, caseosam autem crassitiem multam, omnibus, qui ipso multum utuntur, est periculosum. Nam eos quidem renes offendet, qui calculis generandis sunt opportuni: jecur item obstruet iis, qui hoc affectu facile prehendi possunt: tales autem sunt, quibus fines eorum vasorum, quae cibum ex simis visceris in gibba transsumunt, sunt angusti. Thoracis autem ac pulmonis partibus lac omne est utile. Capiti vero, nisi quis ipsum habeat admodum firmum, non est accommodatum, ut nec hypochondriis, quae levi de causa inflantur; plurimis enim in ventriculo vertitur in flatus, suntque paucissimi, quibus id non accidat. Si vero cum aliquo eorum cibariorum, quae crassi sunt succi, diutius elixum fuerit, flatuosam quidem naturam deponit, sed jecur magis obstruit, et calculos in renibus promptius gignit. Hujusmodi autem edulia libro primo esse diximus amylum, similaginem, alicam, tragum, oryzam, lagana, rhyemata, et panes non bene in clibano assos, nec multa tritura prius elaboratos, nec

μήτε ζύμης ἔχοντες σύμμετρον. ὥσπερ δὲ ἐπὶ τούτων, οὕτως κἀπὶ τῶν ἄλλων, ὅσα μιγνύντες γάλακτι προσφέρονταί τινες, ἡ τῶν μιγνυμένων δυνάμις ἤτοι γ᾽ αὐξήσει τινὰ τῶν τοῦ γάλακτος δυνάμεων, ἢ μειώσει. νῦν δὲ ἡμεῖς αὐτοῦ τὴν δύναμιν ἀφοριζόμενοι λέγομεν εὔχυμόν τε καὶ τρόφιμον εἶναι, συγκείμενον ἐξ ἐναντίων οὐσιῶν τε καὶ δυνάμεων, ὑπακτικῆς τε καὶ σταλτικῆς, ἐμφρακτικῆς τε καὶ λεπτυντικῆς. τὸ μὲν γὰρ ὀῤῥῶδες αὐτοῦ λεπτύνει τὸ πάχος τῶν χυμῶν, ὑπάγει τε γαστέρα, τὸ δὲ τυρῶδες ἐπέχει τὴν γαστέρα, καὶ παχεῖς ἐργάζεται τοὺς χυμοὺς, δι᾽ οὓς, ὡς ἔφην, ἐμφράξεις τε καθ᾽ ἧπαρ, ἐν νεφροῖς τε λίθοι γεννῶνται. βλάπτει δ᾽ ἡ συνεχὴς χρῆσις αὐτοῦ καὶ τοὺς ὀδόντας ἅμα ταῖς περικειμέναις σαρξὶν, ἃς ὀνομάζουσιν οὖλα· ταύτας μὲν γὰρ πλαδαρὰς, τοὺς δὲ ὀδόντας εὐσήπτους τε καὶ ῥᾳδίως διαβιβρωσκομένους ἐργάζεται. χρὴ τοίνυν ἐπὶ τῇ προσφορᾷ τοῦ γάλακτος οἴνῳ κεκραμένῳ διακλύζεσθαι· βέλτιον δὲ, εἰ καὶ μέλιτος ἐπεμβάλοις αὐτῷ. πᾶν γὰρ οὕτως ἀποῤῥύπτεται τὸ περιπεπλασμένον τοῖς ὀδοῦσι καὶ τοῖς οὔλοις ἐκ τοῦ γάλακτος τυρῶδες. εἰ δὲ

multo fale ac fermento mediocri faturatos. Caeterum, ut in iis, ita in aliis, quae nonnulli lacti admifcentes mandunt, mixtorum facultas aliquam ex lactis facultatibus augebit aut imminuet. Nunc autem ipfius facultatem definiamus, illud boni effe fucci et multi alimenti ftatuentes, quod ex contrariis fubftantiis ac facultatibus conflatum, fubducendi fcilicet ac fiftendi, obftruendique ac tenuandi; quod namque ejus ferofum eft, fuccos craffos tenuat, et alvum fubducit, quod vero cafeofum eft, alvum fiftit, et fuccos craffos gignit, ex quibus, quemadmodum diximus, in hepate obftructiones, et in renibus calculi oriuntur. Nocet autem ipfius ufus affiduus dentibus et circumdatis carnibus, quas gingivas nominant: has enim flaccidas, dentes vero putrefactioni et erofioni admodum obnoxios reddit. Sumpto igitur lacte, os vino diluto colluere conveniet; fatius autem fuerit, fi mellis etiam quidpiam ipfi injeceris; ita namque omne cafeofum, quod ex lacte dentibus ac gingivis circumfixum

καὶ χωρὶς τοῦ προσεμβάλλειν ὕδατος τῷ οἴνῳ μὴ βλάπτοιτό τις τὴν κεφαλὴν διακλυζόμενος αὐτῷ, βελτίων ἡ τοιαύτη χρῆσις ὡς πρὸς τοὺς ὀδόντας τε καὶ τὰ οὖλα. τό γε μὴν μέλι καὶ τοῦτο μιγνύμενον ἄμεινον ἐργάζεται τὸ μικτὸν ἐξ ἀμφοῖν. ἀρίστη δὲ χρῆσις εἰς ἀσφάλειαν ὀδόντων, ὡς μηδὲν ὑπὸ γάλακτος βλάπτεσθαι, μετὰ τὸ προσενέγκασθαι μελικράτῳ μὲν πρότερον διακλύζεσθαι, δεύτερον δ᾽ οἴνῳ στύφοντι.

Κεφ. ιϛ´. [Περὶ ὀξυγάλακτος.] Τὸ δὲ ὀξύγαλα καλούμενον οὐ βλάπτει μὲν τοὺς ὀδόντας, ὅσοι γε κατὰ φύσιν ἔχουσιν· ὅσοι δ᾽ ἤτοι διὰ φυσικὴν δυσκρασίαν, ἤ τινα ἐπίκτητον διάθεσίν εἰσι ψυχρότεροι τοῦ δέοντος, οὗτοι μόνοι βλάπτονται, καθάπερ ὑπὸ τῶν ἄλλων ψυχρῶν, οὕτω καὶ ὑπὸ τοῦδε· καὶ τὸ σύμπτωμα τούτοις ἐνίοτε γίνεται τὸ καλούμενον αἱμωδία, τοιοῦτον, οἷον ἐπὶ τοῖς ἀώροις συκαμίνοις, ὅσα τ᾽ ἄλλα στρυφνὰ καὶ ὀξέα, συμβαίνειν εἴωθε. πρόδηλον δ᾽, ὅτι καὶ ἡ γαστὴρ ἡ μὲν ψυχροτέρα καθ᾽ ἡντιναοῦν αἰτίαν οὐ πέττει καλῶς ὀξύγαλα, τῇ συμμέτρως δὲ ἐχούσῃ δύσπεπτον

fuerit, abftergetur. Quod fi etiam cuipiam tam robuftum fit caput, ut vini meri collutione non offendatur, melius is dentibus et gingivis confuluerit; verumtamen et mel vino permixtum mixturam ex utroque reddit meliorem. Illud vero dentium incolumitati tutiffimum adverfus lactis injurias fuerit praefidium, fi quis poft fumptum ipfum primo melicrato, deinde vino adftringente os colluat.

Cap. XVI. [De acido lacte.] Acidum autem lac, quod vocant, dentes quidem, qui faltem fecundum naturam habent, nihil offendit; qui vero aut ob naturalem intemperiem, aut adfcititium quempiam affectum jufto funt frigidiores, hi foli, ut ab aliorum frigidorum occurfu, ita ab hoc quoque offenduntur; acciditque iis nonnunquam fymptoma, quod ftuporem nominant, quale poft efum mororum immaturorum et aliorum omnium acerborum et acidorum evenire confuevit. Illud item perfpicuum eft, quod ventriculus, qui quavis de caufa eft frigidior, acidum lac non belle conficit, temperatus vero, quamvis aegre, conficit tamen

μὲν, οὐ μὴν ἄπεπτόν γε παντάπασιν. ὅσαι δὲ θερμότεραί εἰσι τοῦ προσήκοντος γαστέρες, εἴτε ἐξ ἀρχῆς, [383] εἴτε ἔκ τινος ὕστερον αἰτίας εἰς τοιαύτην κρᾶσιν ἀχθεῖσαι, πρὸς τῷ μηδὲν βλάπτεσθαι καὶ χρηστοῦ τινος ἀπολαύουσιν ἐκ τῶν τοιούτων ἐδεσμάτων. αὗται καὶ προψυχθὲν αὐτὸ διὰ χιόνος περιπλάσεως ἀλύπως φέρουσιν, ὥσπερ καὶ ἄλλα πολλὰ τῶν τοιούτων ἐδεσμάτων, καὶ δηλονότι καὶ τὸ ὕδωρ αὐτὸ, παρασκευασθὲν ὁμοίως. ἐφ᾽ ᾧ καὶ θαυμάζειν ἐπῆλθέ μοι πολλοὺς τῶν ἰατρῶν ἀποφηναμένους ὑπὲρ ἑκάστης τροφῆς, τῆς μὲν ὡς ὠφελούσης ἡμᾶς, τῆς δὲ ὡς βλαπτούσης, εὐπέπτου τε καὶ δυσπέπτου, κακοχύμου τε καὶ εὐχύμου, τροφίμου τε καὶ ἀτρόφου, κακοστομάχου τε καὶ εὐστομάχου, καὶ κοιλίαν ὑπαγούσης ἢ ἱστώσης, ἤ τινα ἄλλην ἀρετὴν ἢ κακίαν ἐχούσης. ἐπί τινων μὲν γὰρ ἐγχωρεῖ φάναι, πᾶσιν ἀνθρώποις εἶναι κακόχυμον, ἢ δύσπεπτον, ἢ κακοστόμαχον ἔδεσμα τόδε τι, περὶ δὲ τῶν πλείστων οὐχ οἷόν τε χωρὶς διορισμοῦ διὰ προφάσεως μιᾶς ἀληθεῦσαι. μακροῦ δ᾽ ἐξ ἀνάγκης ἐσομένου τοῦ παντὸς λόγου, γραφόν-

aliquantum. Contra ventriculi juſto calidiores, ſive ab initio tales fuerint, ſive a quapiam cauſa poſtea in eam temperiem ſint adducti, praeterquam quod nihil ab hujuscemodi eduliis laeduntur, commodo etiam aliquo fruuntur. Quin hi quoque acidum lac ipſum circumdata nive prius refrigeratum indolenter ferunt, quemadmodum et alia pleraque id genus edulia, atque adeo aquam ipſam nive ſic praeparatam. Quocirca admirari ſubit plerosque medicos, qui de ſingulis eduliis pronunciarunt, hoc quidem nobis eſſe utile, aliud vero noxium, praeterea ad coquendum facile aut difficile, mali ſucci eſſe aut boni, multi aut pauci eſſe alimenti, ſtomacho convenire aut adverſari, alvum ducere aut ſiſtere, aut aliam quamvis virtutem vitiumque obtinere. De quibusdam certe licet pronunciare, hoc quoddam edulium omnibus hominibus pravi eſſe ſucci, aut ad coquendum difficile, aut ſtomacho noxium: de plurimis tamen fieri non poteſt, ut unico edicto citra ullam diſtinctionem vere pronuncies. Caeterum, quum neceſſario longa futura eſſet ora-

Ed. Chart. VI. [383.] Ed. Baf. IV. (341.)

των ἡμῶν ἐφ᾽ ἑκάστου τῶν ἐδεσμάτων τοὺς ἀπὸ τῶν φυσικῶν κράσεων διορισμοὺς ἐπικτήτων τε διαθέσεων, ἄμεινον εἶναι ἂν δόξειεν, καθόλου μὲν ἐξ ἀρχῆς τῆς διδασκαλίας ἐπιδεῖξαι τὴν μέθοδον, ὡς ἐποιήσαμεν ἐν τῷ πρώτῳ τῶνδε τῶν ὑπομνημάτων, ἀναμιμνήσκειν δ᾽ ἐπὶ τῶν κατὰ μέρος ἐνίοτε, καὶ μάλιστα ἐφ᾽ ὧν ἡ φύσις οὐχ ἁπλῆ, καθάπερ ἀμέλει κἀπὶ τοῦ γάλακτός ἐστι, συγκειμένου μὲν ἐξ ἐναντίων οὐσιῶν τε καὶ δυνάμεων, ὁμοιομεροῦς δὲ φαινομένου πρός γε τὴν αἴσθησιν. οὕτω γὰρ αὐτῷ συμβαίνει, κἂν κάλλιστον ᾖ, παρὰ τὴν τῶν κοιλιῶν διαφορὰν ἐνίοτε μὲν ἐπὶ τούτου ὀξύνεσσθαι, κνισσώδη δ᾽ αὖθις ἐφ᾽ ἑτέρου τὴν ἐρυγὴν ἀναπέμπειν, καίτοι γ᾽ ἐναντίων διαθέσεων οὐσῶν, καθ᾽ ἃς ὀξῶδες ἢ κνισσῶδες γίνεται τὸ κατὰ τὴν κοιλίαν ἀπεπτηθέν. ἡ μὲν γὰρ ἔνδεια τῆς θερμασίας ὀξύνειν αὐτὸ πέφυκεν, ἡ δ᾽ ὑπερβολὴ κνισσοῦν. γίγνεται δὲ ἄμφω ταῦτα τῷ γάλακτι διὰ τὸ μὴ μόνον ἔχειν ἐν ἑαυτῷ τὴν ὀῤῥώδη φύσιν, ἀλλὰ καὶ τὴν λιπαρὰν καὶ τὴν τυρώδη. τὸ γοῦν ὀξύγαλα διὰ τὴν αἰτίαν ταύτην

tio, fi in fingulis eduliis tam naturalium temperamentorum quam acquifititiorum affectuum diftinctiones adfcripfiffemus, fatius fore exiftimavimus (quemadmodum in primo horum commentariorum fecimus) ab initio univerfalem quidem totius doctrinae methodum oftendere, poft autem in particularibus nonnunquam eam ad memoriam revocare, praefertim in iis, quae non fimplicis funt naturae, qualis utique eft lac, de quo nunc agimus: quod, tametfi fenfui quidem fimilare apparet, ex diverfis tamen fubftantiis ac facultatibus eft compofitum. Huic namque, etiamfi optimum fuerit, pro diverfa tamen ventriculorum natura accidit, ut interdum quidem in hoc acefcat, alias vero fumofum ac nidorulentum ructum in altero furfum emittat. Etenim contrarii funt affectus, fecundum quos, quod in ventriculo non fuit coctum, acidum aut fumofum evadit: fiquidem caloris inopia in acorem, ejusdem autem exceffus in nidorem ac fumum vertit: quae duo lacti eveniunt, quia in fe non modo ferofam naturam, verum etiam pinguem et cafeofam continet. Hac certe de caufa acidum lac quidem, fi in ventri-

Ed. Chart. VI. [383.] Ed. Baf. IV. (341.)

οὐδέποτε κνισσῶδες ἀπεπτηθὲν γίνεται, κἂν μάλιστα εἰς χολωδεστάτην ἢ πυρωδεστάτην ἐμπέσῃ κοιλίαν. οὔτε γὰρ ἔτι τὴν θερμὴν καὶ δριμεῖαν ἔχει ποιότητα καὶ δύναμιν, ἧς μετέχει τὸ γάλα διὰ τὸν ὀῤῥὸν, οὔτε τὴν λιπαράν τε καὶ μετρίως θερμὴν ἐκέκτητο διὰ τὸ λιπαρὸν τὸ ἐν ἑαυτῷ· μόνον γὰρ ὑπολείπεται κατὰ τὴν τοιαύτην σκευασίαν τὸ τυρῶδες, οὐδὲ τοῦτο τοιοῦτον φύσει, ὁποῖον ἐξ ἀρχῆς ὑπῆρχεν, ἀλλ' ἐπὶ τὸ ψυχρότερον ἐκτετραμμένον. ἀρκεῖ τοιγαροῦν ἐπ' ὀξυγάλακτος εἰπεῖν, ὅτι ψυχρόν ἐστι καὶ παχύχυμον. ἕπεται γὰρ τούτοις τὸ μηδὲ ῥᾳδίως πέττεσθαι πρὸς τῆς συμμέτρως ἐχούσης κράσεως τοῦ σώματος· ἐπ' ἐκείνην γὰρ ἀναφέρεσθαι τὸν λόγον ἠξίωσα πολλάκις ἤδη κατὰ τὰς ἐμὰς πραγματείας, ὅταν ἁπλῶς ἀποφαίνωμαί τι. καὶ μέντοι καὶ τὸν ὠμὸν ὀνομαζόμενον χυμὸν, οὗ τὴν φύσιν ἔμπροσθέν τε διῆλθον, ἑτέρωθί τε κατὰ τὸν προηγούμενον λόγον ἐξηγησάμην, εὔλογόν ἐστιν ἐκ τῶν τοιούτων ἐδεσμάτων πλεῖστον γεννᾶσθαι. χρήσιμον δὲ εἶναι τὸ ἔδεσμα τοῦτο ταῖς πυρωδεστέραις κοιλίαις οὐδὲν ἄλογον, ὥσπερ ταῖς ψυχροτέραις ἐναντιώτατον. οὐ μὴν

culo non coquatur, nunquam in nidorem vertitur, potiffimum fi in biliofiffimum ac ferventiffimum ventriculum inciderit. Neque enim amplius calidam acremque qualitatem ac facultatem retinet, quam lac a fero habet, nec pinguem et mediocriter calidam, quam lac a pinguedine, quae fibi ineft, poffidebat. In hujuscemodi enim praeparatione fola relinquitur cafeofa fubftantia, eaque ipfa non ejusdem naturae, cujus ab initio fuit, fed ad frigidius converfa. Itaque de acido lacte dixiffe fuffecerit, quod frigidum eft ac craffi fucci: haec enim fequitur, ut ipfum non facile a corpore mediae temperiei conficiatur: ad eam enim in omnibus meis operibus, quum aliquid fimpliciter pronuncio, faepe jam monui id effe referendum. Quin etiam fuccum crudum, quem vocant, (cujus naturam tum prius alibi expofui, tum etiam in libro fuperiore de eo differui.) confentaneum eft ab iftiusmodi cibis abunde generari. Non abs re autem edulium hoc calidiffimis ventriculis eft utile, quemadmodum frigidioribus adverfiffimum. Id tamen in fingulis cibariis

οὐδὲ τοῦτο δεῖ καθ' ἕκαστον τῶν ἐδεσμάτων γράφειν, ἀλλὰ μιμνήσκειν ἐπί τινων μόνον, ὡς ὁ τοιόσδε χυμὸς, ὁποῖος ἐξ ὀξυγάλακτός τε καὶ τυροῦ [384] καὶ τῶν παχυχύμων ἁπάντων γίγνεται, λίθους ἐν νεφροῖς πέφυκε γεννᾷν, ὅταν ὦσι θερμότεροι τοῦ δέοντος ἤτοι κατὰ φυσικὴν δυσκρασίαν ἢ κατά τινα ἄλλην ὕστερον ἐγγινομένην αὐτοῖς διάθεσιν, οὐ μὴν ἀνὰ λόγον γε τῆς θερμασίας τὰς διεξόδους εὐρείας ἔχωσιν. αἱ γάρ τοι νοσωδέσταται κατασκευαὶ τῶν σωμάτων ἐξ ἐναντίων τῇ κράσει σύγκεινται μορίων, ὡς εἶναι γαστέρα μὲν, εἰ τύχοι, θερμὴν ἱκανῶς, ἐγκέφαλον δὲ ψυχρόν. οὕτως δὲ καὶ πνεύμων ἐνίοτε καὶ θώραξ ὅλος ψυχρός ἐστιν ἐπὶ γαστρὶ θερμῇ. πολλάκις δὲ καὶ τοὐναντίον ἕκαστον μὲν τῶν ἄλλων θερμότερον ὑπάρχει τοῦ δέοντος, ἡ γαστὴρ δὲ μόνη ψυχροτέρα, θερμότερον δὲ τὸ ἧπαρ, ἐπί τε τῶν ἄλλων μορίων ὡσαύτως. διὸ καὶ κατ' ἀρχὰς ἐδείκνυον, ὠφελιμωτάτην εἶναι τὴν περὶ τῶν ἐν τροφαῖς δυνάμεων διδασκαλίαν, ὅταν ἐξηγῶνται τὴν καθ' ὑγρότητα καὶ ξηρότητα καὶ θερμότητα καὶ ψυχρότητα

non convenit adfcribere, fed in quibusdam meminiffe fuffecerit, quod fuccus ejusmodi, qualis ex acido lacte, cafeo et omnibus craffi fucci eduliis provenit, calculos in renibus folet gignere, quum hi calidiores jufto fuerint five ob naturalem intemperiem, five ob alium quendam affectum ipfis poftea innatum, non tamen pro caloris modo meatuum tranfitus latos habeant. Corporum enim conftitutiones, quae morbis maxime funt obnoxiae, ex partibus contrarii temperamenti componuntur: ut v. g. fi ventriculus admodum fit calidus, cerebrum autem frigidum; pari modo et pulmo aliquando ac totus thorax frigidus eft, ventriculus autem calidus. Frequenter vero contra evenit, ut omnia alia fcilicet aequo fint calidiora, folus autem ventriculus frigidior fit, hepar vero calidius; atque in aliis partibus fimiliter. Quapropter initio etiam monuimus, utiliffimam effe doctrinam, quae de facultatibus, quae alimentis infunt, tradit, quum eas differentias explicat, quae in humiditate fpectantur, et ficcitate, et caliditate, et frigiditate, praeterea

διαφορὰν, ἔτι τε τὸ γλίσχρον ἢ παχὺ τῆς οὐσίας αὐτῶν, καὶ πρὸς τούτοις, ὡς ὁμοιομερές ἐστιν, εἴτ᾽ ἐξ ἐναντίων ταῖς (342) κράσεσι σύγκειται, καθάπερ τὸ γάλα. πρὸς δὲ τὴν τούτων διάγνωσιν ἐκ τῆς ὀσμῆς καὶ τῆς γεύσεως, ἔτι τε τῶν ἄλλων συμπτωμάτων ἔφην ἡμᾶς ποδηγεῖσθαι, περὶ ὧν ἐν ἀρχῇ τῆσδε τῆς πραγματείας διῆλθον, ὥσπερ καὶ νῦν ἐπὶ τοῦ γάλακτος, ἐπιδεικνὺς αὐτοῦ τὴν φύσιν ἐξ ὧν ἴσχει συμπτωμάτων, ἤτοι θερμαινόμενον, ἢ διὰ πυτίας πηγνύμενον, ἢ ὁπωσοῦν ἄλλως διακρινομένων τῶν μορίων αὐτοῦ. καὶ γὰρ ἡ σχίσις καλουμένη τοῦτο ἐργάζεται χωρὶς τῆς πυτίας, ὅταν ἱκανῶς θερμήναντες τὸ γάλα καταῤῥαίνωμεν ὀξυμέλιτι ψυχρῷ. ταὐτὸ δ᾽ ἐργαζόμεθα καὶ δι᾽ οἰνομέλιτος. ἐνίοτε δὲ καὶ χωρὶς τοῦ καταῤῥᾶναι τὴν οὐσίαν αὐτοῦ, καθιέντες εἰς ἀγγεῖον ὕδωρ ἔχον ψυχρότατον, ἐργαζόμεθα τὴν σχίσιν. ἄνευ δὲ πυτίας καὶ τὸ μετὰ τὴν ἀποκύησιν ἀμελχθὲν αὐτίκα πήγνυται, πυρωθὲν ἐπὶ θερμῆς σποδιᾶς ὀλίγῳ χρόνῳ. καλεῖν δὲ ἐοίκασιν οἱ παλαιοὶ κωμικοὶ τὸ οὕτως παγὲν γάλα πυριαστόν· οἱ δὲ παρ᾽ ἡμῖν ἐν Ἀσίᾳ πυρίεφθον ὀνομάζουσιν αὐτό. τοῦτο μὲν ἀκρι-

ſubſtantiae ipſorum lentore aut craſſitie; ad haec, quod aut ſimilare eſt, de quo agetur, aut ex partibus temperamento contrariis compoſitum, cujus generis eſt lac. Ad horum porro dignotionem dixi nos manu duci cum per olfactum ac guſtum, tum per alia ſymptomata, de quibus in operis hujus initio diſſerui; uti nunc quoque in lacte ejus naturam oſtendi ex iis ſymptomatibus, quae ei accidunt, quum calefit, aut coagulo cogitur, aut alio quovis modo partes ipſius ſecernuntur; etenim vel citra coagulum ſciſſio, quam vocant, id efficit, quum lacti abunde calido oxymel frigidum inſtillamus. Idem etiam mulſo efficimus. Interdum etiam citra ullam liquoris inſtillationem, vaſe frigidiſſimam aquam continente in lac demiſſo, ipſum ſcindimus. Praeterea ſine coagulo id lac, quod poſt editum foetum emulſum fuerit, protinus concreſcit, ſi ſuper cineres calidos parumper calefiat: videnturque veteres Comici lac ita coactum pyriaſtum appellaſſe; in Aſia autem apud nos pyriephthum ipſum nominant. Id quidem lac omnino ab alia ſubſtantia eſt pu-

βῶς ἐστι γάλα χωρὶς οὐσίας ἑτέρας. ὅταν δὲ μέλι μίξαντες αὐτῷ διὰ πυτίας πήξωσι, χωρίζεται μὲν ἐν τῷ ἔργῳ τὸ λεπτὸν καὶ ὑδατῶδες αὐτοῦ, προσφέρονται δ᾽ ἔνιοι τὸ πεπηγὸς αὐτοῦ μόνον, σύνθετον ὑπάρχον ἔκ τε τοῦ τυρώδους ἐν τῷ γάλακτι καὶ τοῦ θερμοῦ καὶ τοῦ πυρώδους ἐν τῇ τῆς πυτίας δυνάμει καὶ τοῦ μιχθέντος αὐτοῖς μέλιτος. ἔνιοι δὲ καὶ τῷ παγέντι τὸν ὀῤῥὸν συγκαταπίνουσιν, ἤτοι γε ὡσαύτως πάντα μετὰ παντὸς, ἢ θάτερον αὐτοῦ πλέον θατέρου. συμβήσεται δὲ δηλονότι τοῖς μὲν μᾶλλον ὑπαχθῆναι τὴν γαστέρα, τοῖς δὲ ἧττον, ἀνάλογον τῇ ποσότητι τῆς ὀῤῥώδους ὑγρότητος. εὔδηλον δὲ, ὅτι καὶ τραφῆναι τὸ σύμπαν σῶμα μᾶλλον μὲν ὑπάρξει τοῖς τὸ πεπηγὸς μόνον ἐδηδοκόσιν, ἧττον δὲ τοῖς συγκαταπιοῦσιν αὐτῷ τι καὶ τῆς ὀῤῥώδους ὑγρότητος, ἔτι δὲ ἧττον, ὅσοι τὸ μὲν πεπηγὸς ὀλίγον προσηνέγκαντο, τὸ δ᾽ ὀῤῥῶδες πλεῖστον. οὕτως δὲ κἀπὶ τοῦ μετὰ τὴν ἀποκύησιν παγέντος, ἤτοι χωρὶς μέλιτος, ἢ σὺν αὐτῷ, διαφορά τις οὐ σμικρὰ γενήσεται. δυσπεπτότερον γὰρ ἔσται καὶ παχυχυμότερον, ἔτι τε βραδύτερον εἰς τὴν κάτω διέξοδον, ὅταν μὴ

rum; quum autem melle ipfi admixto per coagulum cogunt, hoc quidem opere, quod in eo eft tenue et aquofum, feparatur. Quidam autem ex ipfo duntaxat, quod coactum eft, mandunt, quod partim ex cafeofa lactis fubftantia, partim ex calida atque ignea coaguli facultate, partim ex melle ipfis admixto eft compofitum. Alii vero una cum eo, quod concrevit, ferum quoque transglutiunt, idque aut pariter totum cum toto, aut alterum altero copiofius: accidetque, ut aliis quidem largius, aliis vero minus alvus fubducatur, proportione quantitatis ferofi humoris. Perfpicuum praeterea eft, quod eorum corpus, qui folum id, quod concretum eft, comederint, amplius nutritur, minus vero eorum, qui una cum ipfo ferofi humoris quidpiam deglutierint, et multo adhuc minus eorum, qui ejus quidem, quod coactum eft, parum, ferofi autem humoris plurimum hauferint. Simili modo et in eo, quod a partu five cum melle, five absque eo coiit, non parvam differentiam invenies. Quum enim mel non accepit, ad coquendum eft difficilius et fucci craffioris,

προσλάβῃ μέλιτος. ἥ γε μὴν ὅλου τοῦ σώματος θρέψις ἐξ ἀμφοτέρων γίνεται δαψιλής. ταῦτ' ἀρκεῖ περὶ δυνάμεως γάλακτος ἐπίστασθαι κατὰ τὴν νῦν ἐνεστῶσαν πραγματείαν· ὅσα γὰρ εἰς νόσους χρήσιμα, ἢ τοῖς φθίνουσιν ὁπωσοῦν, ἢ τοῖς ἕλκος ἔχουσιν ἐν πνεύμονι, ταῦτ' ἴδια τῆς θεραπευτικῆς ἐστιν μεθόδου.

Κεφ. ιζ'. [385] [Περὶ τυροῦ.] Λέλεκται μὲν ἤδη περὶ τῆς τοῦ τυροῦ δυνάμεως ἐν τῷ περὶ γάλακτος λόγῳ, βέλτιον δὲ καὶ νῦν αὖθις ἀπονεῖμαι ἴδιον λόγον αὐτῷ. προσλαμβάνει γὰρ ἐν τῇ σκευασίᾳ παρὰ τῆς ἐμβαλλομένης πυτίας δριμύτητα, τήν θ' ὑγρότητα πᾶσαν ἀποτίθεται, καὶ μάλιστα χρονίσας, ἡνίκα δριμύτερος γίνεται καὶ σαφῶς ἑαυτοῦ θερμότερός τε καὶ καυσωδέστερος, καὶ διὰ τοῦτο καὶ διψαλεώτερος καὶ δυσπεπτότερος καὶ κακοχυμότερος ἀποτελεῖται. διὰ ταῦτα τοίνυν οὐδ' ὅπερ ἀγαθὸν ἐπικτᾶται τὰ παχύτερα τῶν ἐδεσμάτων δριμέσι καὶ λεπτυντικαῖς μιγνύμενα δυνάμεσιν, οὐδὲ τοῦτ' ἔχει βλάβης χωρίς. μείζων γὰρ ἡ ἐκ τῆς κακοχυμίας αὐτῷ καὶ τῆς καυσώδους θερμότητος ἐγγίνεται βλά-

praeterea per alvum tardius fecedit; utrumque tamen corpus abunde nutrit. Haec de lactis facultate noviffe in praefenti opere fuffecerit: ejus namque utilitates, quas in morbis praeftat iis, qui quavis ex caufa tabe laborant, aut ulcus habent in pulmone, proprie ad medendi rationem pertinent.

Cap. XVII. [De cafeo.] De cafei quidem facultate jam diximus, quum de lacte fermonem faceremus; fatius tamen fuerit nunc rurfum particulatim de eo tractare. Nam dum paratur, affumit ab injecto coagulo acrimoniam, humiditatemque omnem deponit, et potiffimum fi inveterarit; tum enim quam prius acrior evadit, et manifefte calidior redditur atque ardentior; ob id ipfum fiticulofior, et ad coquendum difficilior, et pejoris fucci efficitur. Qua de caufa nec id ipfum, quod craffis cibis acres ac tenuantes facultates admixtas habentibus ineft commodi, cafeus citra noxam poffidet. Major enim noxa ex fucci ipfius pravitate et ardenti calore accidit, quam crafforum tenuatio con-

βη τῆς ἐκ τοῦ λεπτυνθῆναι τὸ πάχος ὠφελείας, ὅπου πρὸς τὴν τῶν ἐν νεφροῖς λίθων γένεσιν οὐχ ἧττόν ἐστι βλαβερὸς ὁ τοιοῦτος χυμός· ἐδείχθησαν γὰρ οὗτοι γενόμενοι κατ' ἐκεῖνα τῶν σωμάτων, ἐν οἷς ἂν συνέλθῃ πάχος χυμῶν πυρώδει θερμότητι. φευκτέον οὖν μάλιστα τὸν τοιοῦτον τυρὸν, ὡς μηδὲν ἀγαθὸν ἔχοντα μήτ' εἰς πέψιν, μήτ' εἰς ἀνάδοσιν, μήτ' εἰς οὔρησιν, μήτ' εἰς ὑπαγωγὴν γαστρὸς, ὥσπερ γε μηδ' εἰς εὐχυμίαν. ἐφεξῆς δὲ μοχθηρὸν μὲν, ἧττον δὲ τούτου νομίζειν χρὴ τὸν μήτε παλαιὸν, μήτε δριμύν· τῶν δὲ νέων ἁπάντων τυρῶν εἶναι κάλλιστον, ὁποῖος ὁ παρ' ἡμῖν ἐν Περγάμῳ καὶ κατὰ τὴν ὑπερκειμένην αὐτῆς Μυσίαν γίνεται, καλούμενος ὑπὸ τῶν ἐγχωρίων ὀξυγαλάκτινος, ἥδιστος μὲν εἰς ἐδωδὴν, ἀβλαβέστατος δὲ στομάχῳ καὶ πάντων τῶν ἄλλων τυρῶν ἧττον δύσπεπτος καὶ δυσδιέξοδος· οὐ μὴν οὐδὲ κακόχυμός ἐστιν, οὐδὲ πάνυ σφόδρα παχύχυμος, ὅπερ ἁπάντων τυρῶν ἐστι κοινὸν ἔγκλημα. κάλλιστος δ' ἔστι καὶ ὁ παρὰ τοῖς πλουσίοις εὐδοκιμῶν ἐν Ῥώμῃ, βαθύσικος τοὔνομα, καί τινες ἄλλοι κατ' ἄλλα χωρία. παμπόλλης δ' οὔσης κατὰ μέρος

ferre queat, quando ad calculorum in renibus procreationem hic ſuccus non minus eſt noxius. Oſtendimus enim, calculos in illis corporibus naſci, in quibus ſuccorum craſſities cum igneo eſt calore conjuncta. Fugiendus igitur eſt ejusmodi caſeus, ut qui nihil conferat neque ad coctionem, neque ad diſtributionem, neque ad movendam urinam, neque ad ventris dejectionem, ceu utique nec ad ſucci probitatem. Deinceps autem malus quidem, ſed praedicto minus eſt putandus, qui neque eſt vetus, neque acris. Omnium autem caſeorum recentium is eſt praeſtantiſſimus, qualis apud nos Pergami et in Myſia, quae eſt ſupra Pergamum, ſit, qui ab incolis oxygalactinus appellatur, ſuaviſſimus quidem in cibo, ſtomacho autem minimum noxius, aliisque omnibus caſeis concoctu tranſituque facilior, ſuccum habens non vitioſum, neque usque adeo craſſum, quod vitium omnium caſeorum eſt commune. Praeſtantiſſimus etiam eſt is, qui Romae apud divites celebratur, Vatuſicum appellant, et praeterea alii quidam in aliis regionibus. Quum autem

ἐν αὐτοῖς διαφορᾶς κατά τε τὰς φύσεις τῶν ζώων καὶ τοὺς τρόπους τῆς σκευασίας, καὶ προσέτι τὰς ἡλικίας αὐτῶν τῶν τυρῶν, ἐγὼ πειράσομαι κἀνταῦθα περιορίσαι τὴν δύναμιν αὐτῶν ὀλίγοις σκοποῖς, οἷς προσέχων τις ἐκ τοῦ ῥᾴστου διαγνώσεται τὸν ἀμείνονά τε καὶ χείρω. κατὰ γένος μὲν οὖν οἱ σκοποὶ διττοὶ τυγχάνουσιν ὄντες, ὁ μὲν ἕτερος ἐν τῇ ποιᾷ συστάσει τῆς οὐσίας τοῦ τυροῦ, καθ' ἣν μαλακώτερος ἢ σκληρότερος γίνεται, καὶ πυκνότερος ἢ χαυνότερος, καὶ κολλωδέστερος ἢ ψαθυρώτερος, ὁ δ' ἐν τῇ γευστῇ ποιότητι, καθ' ἣν ἐν τισὶ μὲν αὐτῶν ὀξύτης ἐπικρατεῖ, κατ' ἄλλους δὲ δριμύτης, ἢ λιπαρότης, ἢ γλυκύτης, ἤ τινα τοιούτων, ἢ οἷον ἰσομοιρία πάντων. κατὰ δὲ τὰς ἐν εἴδει διαφορὰς τῶν εἰρημένων γενῶν ὁ μὲν μαλακώτερος τοῦ σκληροτέρου βελτίων, ὁ δ' ἀραιὸς καὶ χαῦνος τοῦ πάνυ πυκνοῦ καὶ πεπιλημένου. μοχθηρῶν δ' ὄντων τοῦ τε κολλώδους ἱκανῶς καὶ ψαθυροῦ μέχρι τραχύτητος, ὁ μέσος ἐστὶν αὐτῶν βελτίων. κατὰ δὲ τὴν ἐν τῇ γεύσει διάγνωσιν ἁπάντων μὲν ἄριστος ὁ μηδε-

ſingillatim permagna ſit in ipſis differentia tum pro animalium natura, tum praeparandi modis, et praeterea ipſorum caſeorum aetate, conabimur hoc in loco ipſorum facultatem paucis ſcopis circumſcribere, quibus quis intentus meliorem a deteriore facillime diſcernet. Scopi quidem in genere ſunt duo, quorum alter in certa ſubſtantiae caſei conſiſtentia verſatur, ſecundum quam mollior eſt aut durior, denſior aut laxior, glutinoſior aut friabilior; alter in guſtabili qualitate conſiſtit, ſecundum quam in quibusdam ipſorum acor ſuperat, in aliis acrimonia, aut pinguitudo, aut dulcedo, aut aliud quidpiam id genus, aut omnium eſt velut aequabilitas. Porro ſecundum ſpeciales differentias praedictorum generum mollior quidem duriore eſt praeſtantior, rarus vero ac laxus denſo admodum ac compacto. Jam vero quum glutinoſus valde et is, qui ad aſperitatem usque eſt friabilis, ſint vitioſi, praeſtantior eſt, qui inter hos duos eſt medius. Quod autem ad eam dignotionem, quae fit guſtu, pertinet, is omnium eſt praeſtantiſſimus, qui nullam vehemen-

μίαν ἰσχυρὰν ἔχων ποιότητα, βραχὺ δέ τι τῶν ἄλλων ὑπερέχουσαν τὴν γλυκύτητα, βελτίων δὲ καὶ ὁ ἡδίων τοῦ ἀηδοῦς καὶ ὁ σύμμετρον ἁλῶν ἔχων τοῦ παμπόλλους καὶ μηδ᾽ ὅλως ἔχοντος. μετά γε μὴν τὸ προσενέγκασθαι τὸν οὕτως κριθέντα καὶ διὰ τῆς ἐρυγῆς ἔνεστι γνωρίζειν, ὁποῖος αὐτῶν ἐστιν ἀμείνων τε καὶ χείρων. ὁ μὲν γὰρ κατὰ βραχὺ μαραινομένην ἴσχων τὴν ποιότητα βελτίων, ὁ δὲ παραμένουσαν οὐκ ἀγαθός· [386] εὔδηλος γὰρ οὗτός ἐστι δυσμετάβλητός τε καὶ δυσαλλοίωτος, ὥστε καὶ δύσπεπτος· ἀλλοίωσις γὰρ ἐξ ἀνάγκης ἕπεται πεττομέναις ταῖς τροφαῖς ἁπασῶν ὧν ἔμπροσθεν εἶπον ποιοτήτων.

Κεφ. ιη'. [Περὶ τοῦ τῶν πεζῶν ζώων αἵματος.] Αἷμα δύσπεπτόν ἐστι, μάλιστα δὲ τὸ παχὺ καὶ μελαγχολικὸν, οἷόνπερ ὑπάρχει τὸ τῶν βοῶν. τὸ δὲ τῶν λαγωῶν ὡς ἥδιστον τετίμηται, καὶ πολλοῖς δι᾽ ἔθους ἐστὶν ἕψειν αὐτὸ σὺν τῷ ἥπατι, τισὶ δὲ καὶ μετὰ τῶν ἄλλων σπλάγχνων. ἔνιοι δὲ καὶ τὸ τῶν νέων ὑῶν ἐσθίουσιν, ὥσπερ ἄλλοι καὶ τὸ τῶν μειζόνων, ὅταν εὐνουχισθῶσι· τὸ μὲν γὰρ τῶν κάπρων

tem habet qualitatem, fed dulcem habet fupra alias parum eminentem. Suavis autem infuavi eft praeftantior, et mediocriter falitus eo, qui eft permultum, et eo, qui omnino falis eft expers. Poftea tamen quam cafeum fic examinatum fumpferis, licebit etiam ex ructu cognofcere, qualis inter cafeos fit melior aut deterior. Cujus namque qualitas paulatim marcefcit, praeftantior; cujus contra perdurat, non bonus: ifte enim perfpicue aegre mutatur atque alteratur, et ob id ipfum aegre conficitur; omnium enim qualitatum, quarum ante meminimus, alteratio neceffario fequitur alimentorum coctionem.

Cap. XVIII. [De pedeftrium animalium fanguine.] Sanguis ad coquendum eft difficilis, praecipue craffus et melancholicus, qualis eft bubulus: leporinus autem ut fuaviffimus celebratur, multique ipfum cum jecore folent elixare, quidam autem cum aliis etiam vifceribus. Sunt qui fuum quoque juniorum fanguinem edant, ceu alii etiam grandiorum, quum caftrati fuerint. Aprorum vero nemo

οὐδ' ἐπιχειροῦσιν, ὡς ἀηδές τε ἅμα καὶ δύσπεπτον. τὸ δὲ τῶν αἰγῶν αἷμα καὶ Ὅμηρος οἶδεν ἐσθιόμενον ὡς ἡδύ.

Κεφ. ιθ'. [Περὶ τῆς ἀπὸ τῶν πτηνῶν ζώων τροφῆς.] Ὄρνιθας ὀνομαζόντων τῶν παλαιῶν ἁπάντων τὰ πτηνὰ ζῶα καὶ δίποδα, τοῖς νῦν Ἕλλησιν ἔθος ἤδη γέγονε τὰς (343) ὑπ' ἐκείνων ἀλεκτορίδας καλουμένας μόνας οὕτως προσαγορεύειν, ὥσπερ γε καὶ τοὺς ἄῤῥενας ἀλεκτρυόνας. ἔστι δὲ τὸ γένος ἁπάντων τῶν πτηνῶν ὀρνίθων ὀλιγοτροφώτατον, εἰ παραβάλλοιτο τῷ γένει τῶν πεζῶν, καὶ μάλιστα τῷ τῶν ὑῶν, ὧν τῆς σαρκὸς οὐδὲν ἂν ἄλλο τροφιμώτερον ἔχοις εὑρεῖν. εὐπεπτοτέρα γε μὴν ἡ σάρξ ἐστι τῶν πτηνῶν, καὶ μάλιστα πέρδικος, ἀτταγῆνός τε καὶ περιστερᾶς, ἀλεκτορίδος τε καὶ ἀλεκτρυόνος. ἡ δὲ τῶν κιχλῶν, καὶ κοττύφων, καὶ τῶν μικρῶν στρουθῶν, ἐν οἷς εἰσι καὶ οἱ πυργῖται καλούμενοι, σκληροτέρα τούτων ἐστὶ, καὶ μάλιστα δ' ἔτι καὶ τούτων αὐτῶν ἥ τε τῆς τρυγόνος, καὶ ἡ τῆς φάττης, καὶ ἡ τῆς νήττης. ὁμοία δὲ τῶν ἀλεκτορίδων ἐστὶν ἡ τῶν φασιανῶν εἰς πέψιν

guftare quidem tentaverit, propterea quod infuavis eft et ad coquendum difficilis. Homerus quoque caprarum fanguinem in cibo jucundum effe non ignoravit.

Cap. XIX. [De alimento, quod a volucribus animalibus fumitur.] Veteres omnes animalia volucria ac bipeda aves nominabant, nunc autem apud Graecos confuetudo invaluit, ut, quas illi gallinas vocabant, nunc folas eas aves appellent, quemadmodum et mafculos ipfos gallos. Avium porro omnium volucrium genus pauciffimum praeftat alimentum, fi ad genus greffilium conferatur, potiffimum fi ad fuillam, qua non aliud invenias, quod copiofioris fit nutrimenti; volucrium tamen caro ad coquendum eft facilior, praecipue perdicis, attagenis, columbae, galli gallinacei et gallinae. Turdorum vero, merularum parvorumque pafferum (inter quos etiam funt, quos turricolas vocant) caro, quam praedictorum, eft durior; his autem ipfis turturis, palumbi anatisque caro eft durior; phafianorum, quod ad concoctionem et nutrimentum attinet, gallinis eft fimilis,

καὶ τροφὴν, ὑπερέχουσα τῇ κατὰ τὴν ἐδωδὴν ἡδονῇ. σκληροτέρα δὲ καὶ δυσπεπτοτέρα καὶ ἰνωδεστέρα τούτων ἡ τοῦ ταῶνος. κοινὸν δὲ ἐπὶ πᾶσι τοῖς πτηνοῖς ζώοις, ὥσπερ καὶ τοῖς τετράποσι, γινώσκειν χρὴ, τὴν τῶν αὐξανομένων σάρκα πολὺ βελτίονα τῆς τῶν παρακμαζόντων εἶναι, μέσην δὲ ἀμφοῖν τὴν τῶν ἀκμαζόντων, μοχθηρὰν δὲ καὶ τὴν τῶν πάνυ νηπίων, ἀλλ᾽ ὑπεναντίως τῇ τῶν γεγηρακότων· ἡ μὲν γὰρ τούτων σκληρὰ καὶ ξηρὰ καὶ νευρώδης ἐστὶ, καὶ διὰ τοῦτο καὶ πεφθῆναι μοχθηρὰ, καὶ τροφὴν ὀλίγην δίδωσι τῷ σώματι, τῶν δὲ παντάπασι νέων ζώων τὰ σώματα βλεννώδη τ᾽ εἰσὶ καὶ ὑγρὰ, καὶ δι᾽ αὐτό γε τοῦτο περιττωματικὰ, ῥᾷον δὲ ὑπέρχεται κατὰ γαστέρα. ταῦτά μοι μέμνησο περὶ πάντων ζώων κοινῇ· καὶ γὰρ ὑπάρχει πᾶσιν αὐτοῖς ὁμοίως ἐν ταῖς κατὰ τὴν ἡλικίαν διαφοραῖς. κοινὸς δὲ ὁ τῆς σκευασίας τρόπος ὡς πρὸς ὑγείαν, ὃν ἔμπροσθέν τε διῆλθον ἤδη καὶ αὖθις ὡς ἐπὶ κεφαλαίων ἐρῶ. νυνὶ δὲ τὰς δυνάμεις μόνον ἀναμνήσω· ξηρότερα μὲν γὰρ εἶναι τά τ᾽ ὀπτηθέντα καὶ τὰ ταγηνισθέντα, τὰ δὲ δι᾽ ὕδατος ἑψηθέντα γλυκέος ὑγρο-

voluptate tamen in edendo ſuperat; his durior eſt pavonis caro, et fibroſior, et ad coquendum difficilior. Porro in omnibus volucribus animalibus, ut et in quadrupedibus, ſcire in univerſum oportet, quod augeſcentium caro multo eſt praeſtantior, quam aetate declinantium; media autem eſt inter utramque florentium; prava autem admodum eſt valde novellorum, ſed diverſa ratione, ac ſenum: ſiquidem horum caro dura eſt et ſicca ac nervoſa, ideoque prava ad coquendum et exigui nutrimenti; contra animalium nuperrime editorum corpora mucoſa ſunt ac humida, eoque excrementis plena, facilius tamen per alvum ſecedunt. Haec in cunctis animalibus memoria teneto: id enim omnibus ipſis ex aequo ineſt ſecundum differentias, quae ab aetate ſumuntur. Communis etiam eſt, ſi ſanitatem ſpectes, praeparationis modus, quem antea expoſuimus, et nunc rurſum ſummatim repetemus, facultates duntaxat in memoriam revocantes: quod, quae aſſa ſunt et frixa in ſartagine, ea ſunt ſicciora; quae vero in aqua dulci ſunt elixa, alimentum

τέραν διδόναι τροφὴν τῷ σώματι. λέλεκται δὲ καὶ περὶ τῶν ἐν λευκῷ ζωμῷ καὶ ποικίλαις ἀρτύσεσι λοπάδων ἔμπροσθεν αὐτάρκως, ὥσπερ γε καὶ περὶ τῶν ἡμέρων τε καὶ ἀγρίων. οὐ σμικρὰ δὲ διαφορὰ καὶ τῶν ἐν λίμναις, ἢ ἕλεσιν, ἢ τελματώδεσι χωρίοις διαιτηθέντων ἐστὶ πρὸς τὰ ἐν τοῖς ὄρεσιν, [387] ἢ ξηροῖς χωρίοις. ἀνάλογον γὰρ τοῖς χωρίοις αἱ σάρκες τῶν ζώων ἤτοι ξηραὶ καὶ ἀπέριττοι καὶ πεφθῆναι ῥᾴους, ἢ ὑγραὶ καὶ περιττωματικαὶ καὶ δυσπεπτότεραι γίνονται.

Κεφ. κ΄. [Περὶ χηνῶν καὶ στρουθοκαμήλων.] Τὸ μὲν τῶν χηνῶν ὄνομα σύνηθές ἐστι καὶ τοῖς παλαιοῖς, τὸ δὲ τῶν στρουθοκαμήλων ἄηθες· ὀνομάζουσι γὰρ αὐτὰς μεγάλας στρουθούς. ἤκουσα δέ ποτε σοφιστοῦ τοῦ εἰς τὰ τοιαῦτα προβλήματα λέγοντος ἔτι μειράκιον, ἐπιχειροῦντος εἰς ἑκάτερα καὶ δεικνύοντος ἐνίοτε μὲν, ὄρνιθας, ἐνίοτε δὲ, οὐκ ὄρνιθας εἶναι τὰ τοιαῦτα ζῶα. βέλτιον δὲ μὴ τοῦτο ζητεῖν, ἀλλ' ὁποίαν ἔχει δύναμιν ἡ ἐξ αὐτῶν τροφή. τοῦτ' οὖν ἀκούσας παρ' ἐμοῦ, παρ' ἄλλου μαθήσῃ κατὰ σχολὴν,

corpori praebent humidius. De iis porro, quae ex albo jure variisque patinarum condimentis efitantur, antea abunde differuimus, ceu de domefticis quoque et agreftibus. Non mediocris vero eft differentia eorum, quae in ftagnis, aut paludibus, aut lacuftribus locis vivunt, cum iis, quae in montibus, aut locis ficcis degunt; nam pro locorum natura ac proportione animalium carnes fiunt ficcae et excrementis vacuae et ad coquendum faciliores, aut humidae et excrementitiae et concoctu difficiliores.

Cap. XX. [De anferibus et ftruthocamelis.] Anferum nomen veteribus etiam eft confuetum, ftruthionum vero infolens; nominant enim eos magnos ftruthiones. Ego vero etiamnum adolefcens audivi fophiftam quendam ex eorum numero, qui de ejusmodi problematibus differunt, in utramque partem difceptantem, ac probantem, hujuscemodi animalia nunc aves effe, nunc vero non effe: longe autem praeftiterit, non id, fed qualemnam alimentum, quod ab ipfis fumitur, habeat facultatem, inquirere: id autem ubi ex me

εἴτ᾽ ὄρνιθας ὀνομάζειν χρὴ τὰ τοιαῦτα τῶν ζώων, εἴτε μή· περιττωματικὴ τοίνυν ἡ σὰρξ αὐτῶν ἐστι καὶ πολὺ δυσπεπτοτέρα τῆς τῶν προειρημένων πτηνῶν ζώων, οὐ μὴν τά γε πτερὰ χείρω τῶν ἄλλων ἔχει. πολλοῖς γὰρ τῶν πτηνῶν ζώων, καὶ μάλισθ᾽ ὅσα μικρὰ καὶ σκληρόσαρκα, καὶ ἡ τῶν πτερῶν φύσις ἐστὶν ἰνώδης τε καὶ σκληρά· τινῶν δὲ καὶ ἡ σὰρξ ὅλη τοιαύτη, καθάπερ γε καὶ ἡ τῶν γεράνων, ἃς καὶ αὐτὰς ἐσθίουσιν ἑωλίσαντες πρότερον ἡμέραις πλείοσι. μεταξὺ δέ πως τῆς τῶν γεράνων τε καὶ τῶν χηνῶν ἡ τῶν καλουμένων οὐτίδων ἢ ὠτίδων ἐστίν· ἑκατέρως γὰρ ὀνομάζουσί τε καὶ γράφουσι τὴν πρώτην συλλαβὴν, διά τε τοῦ ου στοιχείου καὶ τοῦ ω.

Κεφ. κά. [Περὶ τῆς κατὰ τὰ μόρια τῶν πτηνῶν ζώων διαφορᾶς.] Τὰ μὲν σπλάγχνα τὴν αὐτὴν ἀναλογίαν ἔχει πρὸς τὰς ἐν πτηνοῖς ζώοις σάρκας, ἣν κἀν τοῖς πεζοῖς ζώοις ἔχειν εἴρηται· τὰ δ᾽ ἔντερα παντάπασιν ἄβρωτα πάντων ἐστὶν αὐτῶν, οὐ μὴν ἀνὰ λόγον γε τούτων αἱ γαστέρες.

audieris, per otium ab alio difces, utrum oporteat animalia haec aves nominare, necne. Ipforum igitur caro eft excrementitia, multoque ad coquendum eft difficilior, quam praedictorum volucrium animalium: ipforum tamen alae non funt caeterorum alis deteriores, quandoquidem in multis volatilibus, potiffimum quae parva funt et carne dura praedita, alarum fubftantia eft fibrofa ac dura. Quarundam autem caro tota eft ejusmodi, cujusmodi gruum: quas tamen et ipfas mandunt, plurimis ante diebus macerantes, et (ut fic dicam) mortificantes. Inter grues autem et anferes caro tardarum, quas vocant, quodammodo eft media, quae *οὐτίδες* vel *ὠτίδες* appellantur: utroque enim modo prima fyllaba profertur et fcribitur, per *ου* fcilicet et per *ω*.

Cap. XXI. [De differentia, quae eft in partibus animalium volucrium.] Vifcera quidem in volucribus animalibus eandem habent ad carnes proportionem, quam in pedeftribus habere memoravimus. Inteftina vero horum omnium omnino non manduntur, in eorum tamen ventriculis

ἐδώδιμοί τε γάρ εἰσι καὶ τρόφιμοι, τινὲς δ᾽ αὐτῶν καὶ ἡδεῖαι πάνυ, καθάπερ καὶ ἡ τῶν χηνῶν, ἐφεξῆς δὲ ἡ τῶν σιτευτῶν ἀλεκτορίδων. ὥσπερ δὲ καὶ ἐπὶ τῶν ὑῶν τὸ συκωτὸν ἧπαρ ἐν τοῖς ζῶσι ζώοις προπαρασκευάζουσιν ἡδὺ διὰ τῆς τῶν ἰσχάδων ἐδωδῆς, οὕτως ἐπὶ τῶν χηνῶν ὁρῶ γάλακτος ἀναδεύοντας τὰς τροφὰς, ὡς γίνεσθαι μὴ μόνον ἥδιστον, ἀλλὰ καὶ τροφιμώτατον εὐχυμότατόν τε καὶ διαχωροῦν οὐ χαλεπῶς, ὡσαύτως δὲ καὶ πρὸς τὴν ἐν τῇ γαστρὶ πέψιν ἐπιτήδειον. καὶ τὰ πτερὰ δὲ τῶν χηνῶν ἐπιτήδεια πεφθῆναί τε καὶ θρέψαι, μᾶλλον δ᾽ αὐτῶν τὰ τῶν ἀλεκτορίδων. οὔσης δὲ οὐκ ὀλίγης ἐν ταῖς σαρξὶ διαφορᾶς τοῖς γεγηρακόσι ζώοις πρὸς τὰ νέα, σαφεστέρα πολλῷ καὶ ἡ τῶν πτερῶν φύσις ἐστίν. ὡσαύτως δὲ καὶ τοῖς ἰσχνοῖς πρὸς τὰ πίονα· κάλλιστα μὲν τὰ τῶν εὐτρόφων τε καὶ νέων, χείριστα δὲ τὰ τῶν ἰσχνῶν καὶ γεγηρακότων. οἱ πόδες δ᾽ ἁπάντων, ὀλίγου δεῖν, ἄβρωτοι. λόφους δὲ καὶ κάλλαια τῶν ἀλεκτρυόνων οὔτ᾽ ἐπαινέσειεν ἄν τις, οὔτε ψέξειεν. οἱ δ᾽ ὄρχεις ἄριστοι, καὶ μάλιστα τῶν σι-

non ita habet; efculenti enim funt et nutriunt: quidam autem ipforum valde etiam funt jucundi, ceu anferum, poft quos funt altilium gallinarum. Quemadmodum autem in fuibus, dum adhuc vivunt, hepar ex caricarum paftu ad voluptatem praeparatur, ita in anferibus video ipforum alimenta lacte imbui, ut non modo eorum jecur fit jucundiffimum, fed potenter etiam nutriat, ac optimi fit fucci, et dejectu minime difficile, probeque fimiliter in ventriculo conficiatur. Ad haec alae anferum ad concoquendum ac nutriendum funt accommodae, et iis adhuc magis gallinarum. Caeterum, quum juniorum animalium carnes ab annoforum multum diffideant, alarum quoque natura multo evidentius diffidet. Pari modo gracilia ab obefis difcrepant; nam juniorum ac probe nutritorum carnes praeftantiffimae, peffimae autem gracilium et annoforum. Pedes autem paulo minus omnium cibo funt inepti. Gallorum autem gallinaceorum criftas ac palearia nemo nec probarit, nec etiam damnarit. Horum vero teftes funt praeftantiffimi,

τευτῶν ἀλεκτρυόνων, ἔτι δὲ μᾶλλον ὅσοι ἂν διὰ γάλακτος ὀῤῥώδους τὰς τροφὰς προσενέγκωνται. καὶ γὰρ εὔχυμοι καὶ τρόφιμοι καὶ πεφθῆναι ῥᾶστοι· διαχώρησιν δὲ οὔτε προτρέπουσιν, οὔτ᾽ ἐπέχουσιν. [388] ἐγκεφάλους δὲ μικροὺς μὲν ἔχει τὰ πτηνὰ ζῶα, βελτίους μέντοι πολὺ τῶν ἐν τοῖς πεζοῖς ζώοις, ὅσῳ καὶ σκληροτέρους. αὐτῶν δὲ τῶν πτηνῶν τὰ ὄρεια τῶν ἑλείων ἀμείνους ἔχει τοὺς ἐγκεφάλους ἀνάλογον τοῖς ἄλλοις ἅπασι μορίοις. ἐπαινοῦσι δὲ ἔνιοι ψευδῶς τὴν τῆς στρουθοκαμήλου κοιλίαν, ὥς τι φάρμακον πεπτικόν· ἔνιοι δὲ πολὺ μᾶλλον τῆσδε τὴν τῆς αἰθυίας. ἀλλ᾽ οὔτ᾽ αὐτὰ πέττονται ῥαδίως, οὔτε τῶν ἄλλων ἐστὶ πεπτικὸν φάρμακον, ὥσπερ ζιγγίβερι καὶ πέπερι, καὶ καθ᾽ ἕτερον τρόπον οἶνός τε καὶ ὄξος. εἰ δὲ περὶ γλώττης ἢ ῥάμφους τῶν πτηνῶν ζώων ἐπιχειρήσαιμι λέγειν, ἃ μηδεὶς ἀγνοεῖ, φλυαρεῖν εἰκότως ὑποληφθήσομαι.

Κεφ. κβ΄. [Περὶ ὠῶν.] Τῆς ἀπὸ τῶν πτηνῶν ζώων τροφῆς ἐστι καὶ ταῦτα, διαφέροντα τρισὶ διαφοραῖς ἀλλή-

praecipue altilium, et multo magis fi cibus eorum, quo funt nutriti, ferofo lacte fuerit imbutus: nam et boni funt fucci, et valide nutriunt, et ad coquendum funt facillimi: dejectionem tamen nec juvant, nec morantur. Caeterum animalia volucria exiguum quidem habent cerebrum, fed ipfum tanto pedeftrium cerebro eft praeftantius, quanto eft durius; volucrium autem ipforum montana cerebrum habent quam paluftria praeftantius pro aliarum omnium partium proportione. Quidam autem falfo ftruthionis ventriculum laudant ceu medicamentum quoddam, quod coctionem juvat: alii vero longe magis mergi ventriculum laudant. Verum haec neque ipfa facile concoquuntur, neque aliis in eo ipfo ceu medicamenta auxiliantur, veluti zingiber et piper, et praeterea alia ratione vinum et acetum. Quod fi de volucrium animalium lingua ac roftro dicere aggrediar, quum ea nemo ignoret, garrire merito exiftimabor.

Cap. XXII. [De ovis.] Ova quoque inter alimenta, quae ab animantibus fumuntur, funt numeranda; quorum tres

λων, μιᾷ μὲν τῇ κατὰ τὴν οἰκείαν οὐσίαν· ἀμείνω γάρ τά τε ἀλεκτορίδων ἐστὶ καὶ τὰ τῶν φασιανῶν, φαυλότερα δὲ τὰ τῶν χηνῶν τε καὶ στρουθοκαμήλων· ἑτέρᾳ δὲ, καθ᾽ ἣν τὰ μὲν ἤδη χρόνου πλείονός ἐστι, τὰ δὲ οὐ πρὸ πολλοῦ γεγέννηται, καὶ τρίτῃ, καθ᾽ ἣν τὰ μὲν ἐπιπλέον ἥψηται, τὰ δὲ ἄχρι τοῦ μετρίως συστῆναι, τὰ δὲ μόνον τεθέρμανται· καθ᾽ ἃς διαφορὰς τὰ μὲν ἑφθὰ καλεῖται, τὰ δὲ τρομητὰ, τὰ δὲ ῥοφητά. κάλλιστα μὲν οὖν ἐστιν εἰς τροφὴν τὰ τρομητὰ, τὰ δὲ ῥοφητὰ ἧττον μὲν τρέφει, ῥᾷον δ᾽ ὑποχωρεῖ καὶ τὰς ἐν τῇ φάρυγγι τραχύτητας λεαίνει. τὰ δ᾽ ἑφθὰ καὶ δύσπεπτα καὶ βραδύπορα καὶ τροφὴν παχεῖαν ἀναδίδωσι τῷ σώματι. τούτων δ᾽ ἔτι μᾶλλόν ἐστι βραδυπορώτερά τε καὶ κακοχυμό- (344) τερα τὰ κατὰ θερμὴν σποδιὰν ὀπτηθέντα· τὰ δ᾽ ἐπὶ τῶν ταγήνων παχυνθέντα καὶ καλούμενα δι᾽ αὐτὸ τοῦτο ταγηνιστὰ χειρίστην ἔχει τροφὴν εἰς ἅπαντα· καὶ γὰρ ἐν τῷ πέττεσθαι κνισσοῦται, καὶ πρὸς τῷ παχὺν γεννᾷν χυμὸν ἔτι καὶ μοχθηρὸν ἔχει καὶ περιττωματικὸν αὐτόν. ἀμείνω δὲ τῶν

inter fe funt differentiae: prima quidem penes propriam fubftantiam; gallinarum enim ac phafianarum funt praeftantiora, deteriora vero anferum ac ftruthionum; fecunda autem penes tempus; aut enim longo ante tempore, aut brevi funt edita; tertia penes cocturae rationem; nam quaedam diutius cocta fuerunt, alia ad mediocrem usque confiftentiam, alia duntaxat excalefacta fuerunt; fecundum quas differentias alia quidem dura vocantur, alia tremula, alia forbilia. Tremula igitur ad nutriendum omnium funt praeftantiffima: forbilia autem minus quidem nutriunt, fed facilius fubducuntur, et faucium afperitates laevigant. Dura vero et ad coquendum funt difficilia et tardi tranfitus, craffiusque alimentum corpori tribuunt. His vero adhuc tardius permeant, ac pejoris funt fucci, quae in calidis cineribus affantur. Quae vero in fartagine funt infpiffata, atque ob id ipfum frixa nuncupantur, peffimum habent omnibus modis alimentum: nam interim, dum coquuntur, in nidorem vertuntur, et praeterquam quod fuccum craffum gignunt, ipfum etiam pravum gignunt atque excrementi-

ἑφθῶν τε καὶ ὀπτῶν ἐστι τὰ καλούμενα πνικτά. σκευάζεται δὲ τὸν τρόπον τοῦτον. ἀναδεύσαντες αὐτὰ μετ᾽ ἐλαίου καὶ γάρου καὶ οἴνου βραχέος, ἐντιθέασι τὸ ἀγγεῖον ὕδωρ ἐχούσῃ κακάβῃ θερμὸν, εἶτα πωμάσαντες ἄνωθεν ὅλην αὐτὴν, ὑποκαίουσι μέχρις ἂν ᾖ συστάσεως μετρίας. τὰ γὰρ ἐπὶ πλέον παχυνθέντα παραπλήσια τοῖς ἑψηθεῖσί τε καὶ ὀπτηθεῖσι γίνεται, τὰ δ᾽ ἐν τῷ συμμέτρῳ τῆς παχύνσεως ἀρθέντα καὶ πεφθῆναι τῶν σκληρῶν ἐστιν ἀμείνω καὶ τροφὴν τῷ σώματι βελτίονα δίδωσι. τῆς αὐτῆς οὖν συμμετρίας κατὰ τὴν σύστασιν χρὴ στοχάζεσθαι κἀπὶ τῶν ἐπιχεομένων ἄνωθεν ταῖς λοπάσιν ὠῶν, οὐκ ἐπιτρέποντας οὐδὲ ταῦτα παχυνθῆναι τελέως, ἀλλ᾽ ἔτ᾽ ἐγχύλων ὄντων ἀπὸ τοῦ πυρὸς αἴροντας τὸ ἀγγεῖον. οὐ σμικρὰ δ᾽ ἐν αὐτοῖς ἐστιν ὑπεροχὴ καὶ τῶν νέων πρὸς τὰ παλαιά· κάλλιστα μὲν γὰρ τὰ νεώτατα, χείριστα δὲ τὰ παλαιότατα, τὰ δ᾽ ἐν τῷ μεταξὺ τούτων ἀνάλογον τῇ ἀποστάσει, ᾗ ἀφέστηκε τῶν ἄκρων, ἀρετῇ τε καὶ κακίᾳ διενήνοχεν ἀλλήλων.

tium. Porro quae fuffocata appellant, elixis et affis funt meliora: parantur autem ad hunc modum. Ubi ipfa oleo et garo et pauco vino confperfa fuerint, vas, quo continentur, cacabo aquam calidam habenti indunt: deinde, ubi ipfum totum fuperne obturarint, ignem fubftruunt, quoad ova mediocrem habeant confiftentiam: quae enim fupra modum funt incraffata, duris et affis fiunt fimilia; quae vero ad mediocrem craffitiem pervenerunt, et melius quam dura concoquuntur, et alimentum corpori dant praeftantius. Eidem etiam confiftentiae mediocritati intentos nos effe oportet in iis ovis, quae fuperne caldariis infunduntur, non permittentes neque ipfa omnino incraffari, fed quum adhuc fuccum fuum retinent, vas ab igne fubmoventes. Ova autem recentia veteribus plurimum praeftant: quippe optima funt recentiffima, vetuftiffima autem peffima: quae vero in horum medio funt, proportione receffus ab extremis bonitate aut pravitate inter fe differunt.

Κεφ. κγ'. [389] [Περὶ τοῦ τῶν πτηνῶν ζώων αἵματος.] Ἀλεκτορίδων καὶ περιστερίδων ἐσθίουσιν ἔνιοι τὸ αἷμα, καὶ μάλιστα τῶν σιτευθέντων, οὐ χεῖρον ὂν τοῦ τῶν ὑῶν, οὔτ' εἰς ἡδονὴν, οὔτ' εἰς τὸ πεφθῆναι, τοῦ μέντοι τῶν λαγωῶν ἀπολειπόμενον πάμπολυ. δύσπεπτον δ' ἐστὶ καὶ περιττωματικὸν ἅπαν αἷμα, καθ' ὃν ἂν αὐτὸ τρόπον σκευάσῃ τις.

Κεφ. κδ'. [Περὶ τῆς ἀπὸ τῶν ἐνύδρων ζώων τροφῆς.] Τῶν ἐν ὕδατι διαιτωμένων ζώων καὶ γένη πάμπολλα καὶ διαφοραὶ τούτων εἰσὶ καὶ εἴδη· λεχθήσονται δὲ νῦν, ὥσπερ ἐπὶ τῶν ἔμπροσθεν, αἱ πρὸς τὴν ἰατρικὴν χρείαν ὁμοιότητες ἐν αὐτοῖς· ἰατρικὴν δὲ λέγειν, ἢ ὑγιεινὴν, οὐ διοίσει πρός γε τὰ παρόντα. περὶ πάντων οὖν εἰρήσεται, καθάπερ ἐπὶ τῶν ἄλλων, ὅσα συνεχῶς ἐσθίουσιν οἱ ἄνθρωποι.

Κεφ. κε'. [Περὶ κεφάλου.] Τοῦ γένους τῶν λεπιδωτῶν ἰχθύων ἐστὶν ὁ κέφαλος, οὐκ ἐν θαλάττῃ μόνον, ἀλλὰ καὶ ἐν λίμναις καὶ ἐν ποταμοῖς γεννώμενος. διὸ καὶ μεγάλην

Cap. XXIII. [De volucrium animalium fanguine.] Gallinarum ac columbarum fanguine nonnulli vefcuntur, maxime altilium, qui fuum fanguine haudquaquam eft inferior, neque voluptate, neque concoctionis facultate, plurimum tamen relinquitur a leporino. Sanguis autem omnis, quocunque modo ipfum paraveris, ad coquendum eft difficilis et excrementitius.

Cap. XXIV. [De nutrimento, quod ab aquatilibus animantibus fumitur.] Animalium in aquis degentium permulta funt genera, differentiaeque in iis funt ac fpecies. Nunc vero fimilitudines inter ipfa, quae ad ufum medicinae pertinent, ut in prioribus fecimus, referemus; medicinam autem aut artem fanitatis tuendae dicere nihil ad praefens propofitum interfuerit. De omnibus igitur dicemus, quemadmodum in aliis ante fecimus, quibus vulgo affidue vefcuntur.

Cap. XXV. [De mugile.] Mugil ex fquamatorum pifcium eft genere, nafciturque non in mari modo, verum etiam in ftagnis ac fluviis. Proinde particulares mugiles

ἔχουσιν οἱ κατὰ μέρος κέφαλοι πρὸς ἀλλήλους διαφορὰν, ὡς δοκεῖν ἕτερον εἶναι γένος τοῦ πελαγίου κεφάλου πρὸς τὸν ἐν λίμναις, ἢ ποταμοῖς, ἢ τέλμασιν, ἢ ὀχετοῖς τοῖς ἐκκαθαίρουσι τοὺς ἐν ταῖς πόλεσι κοπρῶνας. περιττωματικὴ μὲν γὰρ ἡ σὰρξ ἐστι καὶ βλεννώδης ἱκανῶς τῶν ἐν ἰλυώδει καὶ ῥυπαρῷ διαιτωμένων ὕδατι, καλλίστη δὲ τῶν ἐν καθαρᾷ θαλάττῃ, καὶ μᾶλλον ὅταν ὑπ᾽ ἀνέμων καταιγίζηται. κατὰ γὰρ τὴν σιωπηλὴν καὶ ἀκύμονα χείρων ἡ σὰρξ γίνεται τῶν ἰχθύων, ὅσῳ καὶ ἀγυμναστοτέρα, ἐν δὲ ταῖς καλουμέναις λιμνοθαλάσσαις ἔτι χείρων τῆσδε, καὶ ταύτης ἔτι μᾶλλον ἡ κατὰ τὰς λίμνας· εἰ δὲ καὶ σμικραί τινες αὗται τύχοιεν οὖσαι, καὶ μήτε ποταμοὺς μεγάλους δεχόμεναι, μήτε πηγὰς ἔχουσαι, μήτ᾽ ἀποῤῥοὴν δαψιλῆ, πολὺ δή τι χείρους· εἰ δὲ καὶ μηδὲν ὅλως ἀποῤῥέοιτό τι τοῦ ὕδατος, ἀλλ᾽ εἴη στάσιμον ἱκανῶς, μοχθηραί. περὶ δὲ τῶν ἐν ἕλεσι καὶ τέλμασι, καὶ ὅσα τοιαῦτα χωρία, λέλεκται κατ᾽ ἀρχάς· ἐσχάτως γὰρ οἱ κατὰ τοιούτους τόπους διαιτώμενοι μοχθηρὰν ἔχουσι τὴν σάρκα. τῶν δ᾽ ἐν τοῖς ποταμοῖς γεννωμένων ἀμείνους, ὅσοι κατὰ τοὺς τοιού-

magnum inter se habent discrimen, adeo ut pelagici mugilis genus diversum esse videatur ab eo, quod in fluminibus, stagnis, lacubus, aut rivulis urbium latrinas purgantibus provenit. Eorum sane caro, qui in aquis limosis ac sordidis degunt, excrementitia est admodum ac mucosa, optima autem eorum est, qui in puro mari vivunt, praecipue quum ventorum procellis agitatur; nam in quieto nullisque agitato fluctibus tanto piscium caro fit deterior, quanto minus exercitatur; in stagnis autem maritimis (quas *λιμνοθαλάττας* appellant) adhuc est deterior; et hac adhuc magis in stagnis, quae si parva sint, nec magnos fluvios recipiant, neque fontes habeant, nec largum effluvium, multo profecto est deterior: pessima autem sunt stagna, ex quibus nihil aquae omnino effluit, sed stabilis est ac plane immota. De iis porro, qui in paludibus lacubusque atque id genus locis degunt, initio diximus: pessimam enim habent carnem, qui in ejusmodi locis degunt: eorum autem, qui in fluviis gignuntur, praestantiores sunt, qui in iis gignuntur, in qui-

τους, ἐν οἷς ὀξὺ καὶ πολὺ τὸ ῥεῦμα· κατὰ δὲ τοὺς λιμνάζοντας οὐκ ἀγαθοί. καὶ παρὰ τὰς τροφὰς δὲ βελτίους γίνονται καὶ χείρους. ἔνιοι μὲν γὰρ εὐποροῦσι καὶ πόας καὶ ῥιζῶν χρηστῶν, καὶ διὰ τοῦτο κρείττους εἰσίν· ἔνιοι δὲ ἰλυώδη τε πόαν ἐσθίουσι καὶ ῥίζας κακοχύμους· καί τινες αὐτῶν, ὅσοι κατὰ ποταμοὺς διαιτῶνται μεγάλην διαῤῥέοντας πόλιν, ἀποπατήματ' ἀνθρώπων καὶ μοχθηρὰς τροφὰς τοιαύτας προσφερόμενοι χείριστοι πάντων, ὡς ἔφην, εἰσὶν, ὥστε, κἂν βραχὺ πλείονι χρόνῳ διαμένωσι νεκροὶ, σήπονταί τε παραχρῆμα καὶ μοχθηρότατον ὄζουσιν. ἀηδεῖς δὲ καὶ βρωθῆναι πάντως οὗτοι καὶ πεφθῆναι, καὶ τὴν μὲν χρηστὴν τροφὴν ὀλίγην ἔχουσιν, περίττωμα δ' οὐκ ὀλίγον. οὐκ οὖν θαυμαστόν ἐστιν, οὐδ' εἰ κακοχυμίαν ἀθροίζουσιν ἐν τοῖς σώμασι τῶν ὁσημέραι προσφερομένων αὐτούς. [390] ὄντων δὲ χειρίστων τούτων, ἐξ ὑπεναντίου κάλλιστοι πάντων εἰσὶν, ὡς ἔφην, οἱ ἐν τῇ καθαρωτάτῃ θαλάττῃ, καὶ μάλισθ' ὅπου μήτε γεώδεις αἰγιαλοὶ μήτε λεῖοι περιλαμβάνουσι τὸ ὕδωρ, ἀλλ' ἤτοι ψαμμώδεις, ἢ τραχεῖς· εἰ δὲ καὶ πρὸς τὰ βόρεια

bus aqua rapide fluit, ac copiofa eft: qui vero in ftagnantibus, non boni. Praeterea propter alimenta pifces meliores pejoresve evadunt. Nam quibusdam herbarum ac bonarum radicum copia fuppetit, iique eam ob caufam funt praeftantiores; alii herbas pafcuntur limofas et radices mali fucci. Praeterea, qui in fluminibus urbem magnam praeterfluentibus hominum ftercoribus et pravis id genus efcis victitant, omnium, ut diximus, funt deterrimi, adeo ut, fi paulo diutius permanferint, ftatim putrefcant, et peffime oleant: ifti autem in cibo funt prorfus injucundi, et ad coquendum difficiles, exiguumque boni quidem alimenti, excrementi autem plurimum reddunt: quare mirum non eft, fi pravum fuccum in eorum corporibus, qui quotidie iliis vefcuntur, congerant: qui quum fint deterrimi, omnium contra funt praeftantiffimi, qui (ut diximus) in puriffimo mari degunt, maxime ubi littora, quae aquam in orbem ambiunt, terra non abundant, nec levia, fed aut arenofa funt, aut afpera: quod fi praeterea ad boream fpectent, longe

τῶν πνευμάτων ἐστραμμένοι, πολὺ βελτίους. οὐ σμικρὸν γὰρ εἰς εὐχυμίαν συντελούντων ἅπαντι ζώῳ τῶν οἰκείων γυμνασίων, ἔτι καὶ τὸ καθαρὸν τοῦ καταμιγνυμένου τῷ ὕδατι πνεύματος αὔξάνει τὴν ἀρετὴν τῆς οὐσίας αὐτῶν. πρόδηλον δ' ἐκ τῶν εἰρημένων, ἀμείνω καὶ κατὰ τοῦτο εἶναι θάλατταν θαλάττης, καθὼς ἤτοι καθαρὰ τελέως ἐστὶν, ἢ δέχεται ποταμοὺς μεγάλους καὶ πολλοὺς, ὥσπερ ὁ Πόντος. οἱ γὰρ ἐν τῇ τοιαύτῃ, καθ' ὅσον πλεονεκτοῦσι τῶν λιμναίων, κατὰ τοσοῦτον ἀπολείπονται τῶν ἐν καθαρᾷ θαλάττῃ διαιτωμένων. εἰσὶ δὲ καὶ λίμναι τινὲς τοιαῦται, καὶ καλοῦσιν ἐνίας αὐτῶν λιμνοθαλάττας, ἔνθα ποταμὸς μέγας ἐργάζεται λίμνην, συνάπτουσαν θαλάττῃ. καὶ χωρὶς δὲ τοῦ λιμνάζειν τὸν ποταμὸν, ὅπου περ ἂν τῇ θαλάττῃ μιγνύηται πρῶτον, ἐπίμικτόν τε τὸ ὕδωρ ἐστὶν ἐξ ἁλμυροῦ τε καὶ γλυκέος, ἥ τε σὰρξ τῶν ἐν αὐτῷ διαιτωμένων ἰχθύων ἐν τῷ μεταξὺ τῶν τε ποταμίων καὶ τῶν θαλαττίων ἰχθύων γίνεται. κοινὸς δ' ὁ λόγος οὗτος ἔστω σοι καὶ τῶν ἄλλων, ὅσοι γε κατὰ ποταμοὺς καὶ λίμνας καὶ θάλατταν ἰχθύες γίνονται. τὸ γὰρ πολὺ πλῆθος αὐτῶν οὐκ ἐπαμφοτερίζει, τῶν μὲν θαλαττίων

erunt meliores. Quum enim exercitationes propriae non parum ad fucci probitatem omni animanti conferant, puritas adhuc ejus venti, qui aquae mifcetur, fubftantiae ipforum bonitatem auget. Perfpicuum igitur ex iis, quae diximus, eft, mare alterum alteri in eo praeftare, quod aut purum plane eft, aut fluvios multos et magnos excipit, ut Pontus: pifces enim, qui in ejusmodi degunt, quanto ftagnales antecellunt, tanto iis, qui in puro mari degunt, funt inferiores. Sunt autem et ftagna quaedam hujusmodi, quorum quaedam λιμνοθαλάττας appellant, ubi videlicet fluvius magnus ftagnum efficit, quod mari conjungitur: et ut fluvius non ftagnet, ubi primum mari commifcetur, aqua ex falfa ac dulci eft mixta, et pifcium caro, qui in ea aqua degunt, media eft inter fluvialium et marinorum pifcium carnem Communis autem tibi fit haec oratio in aliis quoque pifcibus, qui in fluminibus et ftagnis et mari gignuntur: nam bona eorum pars non ad utrumque eft nata, quum marini fluviatilem

φευγόντων τὸ ποτάμιον ὕδωρ, τῶν δὲ ποταμίων καὶ λιμναίων τὸ θαλάττιον. ἀλλ᾽ ὅ γε κέφαλος ἁπάντων μάλιστα τοῖς ὕδασιν ἀμφοτέροις χρᾶται καὶ φύσιν ἔχει πρὸς ἄναντες τὸ ῥεῦμα τοῦ ποταμοῦ χωρεῖν, ἐπὶ πλεῖστον ἀφιστάμενος τῆς θαλάττης. οὗτος μὲν ὁ κέφαλος τὰς πολλὰς καὶ μικρὰς ἀκάνθας οὐκ ἔχει, καθάπερ οὐδ᾽ ἄλλος τις τῶν θαλαττίων· ὁ δ᾽ ἐκ ποταμῶν ἢ λιμνῶν ἐπεμβαίνων θαλάττῃ παραπλησίως τοῖς ὁμογενέσι μεστὸς τῶν τοιούτων ἀκανθῶν ἐστι. σχεδὸν γὰρ ἅπασι τοῖς ἐν λίμναις καὶ ποταμοῖς γεννωμένοις ἰχθύσιν ἡ σὰρξ λεπτῶν μεστὴ ἀκανθῶν εὑρίσκεται, τῶν θαλαττίων οὐκ ἐχόντων αὐτάς. καθ᾽ ὃν γὰρ ἂν τόπον ᾖ μεγάλου ποταμοῦ στόμα συνάπτον θαλάττῃ, τινὲς μὲν ποταμίων ἰχθύων ἐν τῇ θαλάττῃ, τινὲς δὲ τῶν θαλαττίων ἐν τῷ ποταμῷ θηρεύονται, γνωριζόμενοι τῷ τὰς εἰρημένας ἀκάνθας ἤτοι πολλὰς ἔχειν, ἢ οὐδ᾽ ὅλως. ὀλίγοι μὲν οὖν τῶν ποταμίων ἐπεμβαίνουσιν τῇ θαλάττῃ, πάντες δὲ οἱ θαλάττιοι χαίρουσιν τοῖς ποταμοῖς. εὐθὺς δὲ καὶ ἡ γεῦσις ἐσθίοντί σοι γνωρίσει τὸν ἀμείνω (345) κέφαλον· δριμυτέρα γάρ ἐστιν

aquam fugiant, fluviatiles autem ac ftagnales marinam. Mugil vero omnium maxime aquis utrisque utitur, eaque ipfius natura eft, ut a mari longiffime difcedens adverfo flumine natet. Hic quidem mugil numerofas ac parvas fpinas non habet, uti nec alius quisquam marinorum: qui vero e fluviis aut ftagnis mare ingreditur, non fecus ac congeneres plenus eft hujusmodi fpinarum: nam omnium fere pifcium caro, qui in ftagnis aut fluminibus gignuntur, tenuibus fpinis plena invenitur, quas nullus marinorum habet. Nam quo loco magni fluvii oftium mari committitur, nonnulli quidem pifcium fluviatilium in mari, quemadmodum et marini quidam in flumine, capiuntur: quos difcernas eo, quod praedictas fpinas numerofas aut prorfus nullas habeant. Pauci fane fluviatilium mare ingrediuntur, at marini omnes fluviis gaudent. Continuo autem et guftus mandenti tibi praeftantiorem mugilem indicabit: jucundior

αὐτοῦ καὶ ἡδίων καὶ ἀλιπὴς ἡ σάρξ. οἱ δὲ λιπαροὶ καὶ κατὰ τὴν γεῦσιν ἔκλυτοι χείρους μέν εἰσι καὶ εἰς αὐτὴν τὴν ἐδωδὴν, χείρους δὲ καὶ πεφθῆναι καὶ κακοστόμαχοι καὶ κακόχυμοι· διὸ καὶ σὺν ὀριγάνῳ σκευάζουσιν αὐτούς. ἔνιοι δὲ τῶν παρ᾽ ἡμῖν ἀνθρώπων τοὺς ἐν τοῖς ποταμοῖς γεννωμένους ἰχθύας λευκίσκους καλοῦσιν, ἕτερον εἶναι νομίζοντες αὐτοὺς εἶδος τῶν κεφάλων. ἔστι δὲ τἄλλα μὲν ὅμοιον πάντῃ τὸ ζῶον τῷ ζώῳ, λευκότερον δὲ βραχεῖ καὶ τὴν κεφαλὴν ἔχον μικροτέραν, καὶ τὴν γεῦσιν ὀξυτέραν· ἡ δὲ δύναμις τῆς ἀπ᾽ αὐτοῦ τροφῆς, οἵαν ἔμπροσθεν εἶπον εἶναι τῶν ποταμίων κεφάλων· ὥσθ᾽ ὑπὲρ ὀνόματος, οὐ πράγματος ἡ ἀμφισβήτησις. ὃ δὲ τούτου χρησιμώτερόν ἐστιν ἐπίστασθαι, καὶ δὴ φράσω. τῶν ταριχευομένων ἐστὶν οὗτος ὁ ἰχθῦς, καὶ γίνεται πολὺ κρείττων ἑαυτοῦ σκευασθεὶς οὕτως ὁ λιμναῖος· ἀποτίθενται γὰρ ἅπαν τὸ βλεννῶδές τε καὶ βρωμῶδες ἐν τῇ γεύσει. καλλίων δὲ τοῦ πλείονι τῷ χρόνῳ ταριχευθέντος ὁ νεαλής. ἀλλὰ περί γε τῶν ταριχευομένων ἰχθύων ὀλίγον ὕστερον εἰρήσεται κοινῇ, καθάπερ γε καὶ περὶ τῶν ἑωλιζομένων ἐν χειμῶνι.

namque ipfius eft caro et acrior pinguedinisque expers: pingues contra et foluti faporis tum cibo, tum ad concoquendum funt deteriores: praeterea ftomacho funt noxii et vitiofi fucci; quapropter cum origano ipfos parant. Quidam vero noftrates pifces quosdam in fluviis genitos λευκίσκους nominant, rati diverfos effe a mugilum genere; caetera tamen omnino animal animali eft fimile, nifi quod λευκίσκος paulo eft candidior, caputque habet minus et faporem acidiorem. Alimenti autem, quod ab eo fumitur, facultas eft, qualem prius fluviatili mugili ineffe diximus: proinde de nomine, non de re eft controverfia. Quod autem noviffe magis retulerit, id jam dicam. Hic pifcis unus eorum eft, qui fale conditi affervantur: atque ftagnalis fic conditus multo, quam ante, praeftantior evadit: quicquid enim mucofum aut virofum guftu refert, id totum deponit: verum recens falitus jamdiu falito eft melior. Sed de falitis quidem pifcibus paulo poft fermo communis habebitur, ficut de iis, qui in nive (ut fic dicam) mortificantur.

Κεφ. κστ'. [391] [*Περὶ λάβρακος.*] *Τοῦτον τὸν ἰχθὺν οὐ τεθέαμαι γεννώμενον ἐν γλυκέσιν ὕδασιν, ἐκ μέντοι τῆς θαλάσσης ἐπαναβαίνοντα ποταμοῖς ἢ λίμναις ἑώρακα. διὸ καὶ μικρὸς ὀλιγάκις εὑρίσκεται, καθάπερ ὁ κέφαλος πολλάκις. οὐ φεύγει δὲ οὐδὲ τὰς λιμνοθαλάσσας καὶ τὰ στόματα τῶν ποταμῶν, καίτοι πελάγιος ὤν· τουτὶ γὰρ τοὔνομα τίθενται τοῖς εἰς τὸ βάθος ἀποχωροῦσιν. ἥ γε μὴν τροφὴ ἐκ τούτου κἀκ τῶν ἄλλων ἰχθύων αἵματός ἐστι γεννητικὴ, λεπτοτέρου τῇ συστάσει τοῦ ἐκ τῶν πεζῶν ζώων, ὡς μήτε τρέφειν δαψιλῶς, καὶ διαφορεῖσθαι θᾶττον. ἐπεὶ δὲ τὸ λεπτότερον ὄνομα ποτὲ μὲν ἐπὶ δύο πράγμασι παραβαλλομένοις λέγομεν, ἐνίοτε δ' ἄνευ παραβολῆς, ἰστέον, ὅτι πρὸς τὸ μέσον αἷμα τῶν ἄκρων παραβολὴ γίνεται τοῖς ἁπλῶς λεγομένοις. ἄκρα δὲ τῇ κακίᾳ κατὰ τὴν σύστασίν ἐστι τό τε παχὺ, καθάπερ ἡ ὑγρὰ πίττα, τό τε ὀῤῥῶδες οὕτως, ὡς ἐκχυθὲν τῆς φλεβὸς ἐν τῷ πήγνυσθαι πλεῖστον ἔχειν ὑγρὸν ἐποχούμενον ὑδατῶδες. ἄριστον δὲ τὸ τούτων ἀκριβῶς μεταξὺ γενόμενον, ἐξ ἄρτου*

Cap. XXVI. [De lupo.] Hunc pifcem in aquis dulcibus natum non vidimus, fed e mari in flumina aut ftagna afcendiffe confpeximus; ideoque parvus raro, quemadmodum mugil faepe, invenitur. Et quanquam pelagius fit, ftagna tamen maritima non fugit, nec fluviorum oftia: pelagii enim vocantur, qui in mare profundum fuccedunt. Alimentum fane, quod tum ex hoc, tum ex aliis pifcibus provenit, fanguinem gignit confiftentia tenuiorem, quam quod ex pedeftribus animalibus fumitur, adeo ut non affluenter nutriat, et celerius difcutiatur. Quum autem nomen hoc tenuius nunc in duabus rebus inter fe collatis, nunc citra collationem enunciemus, fciendum, nos, quum ipfum fimpliciter pronunciamus, ad fanguinem medium inter extrema comparare; extremae autem pravitatis fecundum confiftentiam fanguis eft tum craffus, ut pix liquida, tum ferofus adeo, ut, pofteaquam e vena effufus concreverit, plurimum habeat aquofae humiditatis fupernatantis. Laudatiffimus vero eft, qui inter hos exacte eft medius, qui fit ex

τε τοῦ καλλίστου κατεσκευασμένου, περὶ οὗ κατὰ τὸ πρῶτον εἴρηται γράμμα, καὶ τῶν πτηνῶν ὧν εἴρηται ζώων, ἐκ πέρδικός τε καὶ τῶν ἄλλων παραπλησίων. ἐγγὺς δὲ τούτων εἰσὶν καὶ τῶν θαλαττίων οἱ πελάγιοι τῶν ἰχθύων.

Κεφ. κζ. [Περὶ τρίγλης.] Ἔστι μὲν καὶ ἥγε τῶν πελαγίων ἰχθύων, τετίμηται δ' ὑπὸ τῶν ἀνθρώπων, ὡς τῶν ἄλλων ὑπερέχουσα τῇ κατὰ τὴν ἐδωδὴν ἡδονῇ. σκληροτέρα δὲ σχεδὸν ἁπάντων αὐτῶν ἔχει τὴν σάρκα, καὶ ψαθυρὰν ἱκανῶς, ὅπερ σημαίνει ταὐτὸν τῷ μήτε γλίσχρον εἶναί τι, μήτε λιπαρὸν ἐν αὐτῇ. τρέφει τοιγαροῦν, ὅταν πεφθῇ καλῶς, τῶν ἄλλων ἁπάντων ἰχθύων μᾶλλον. ἐῤῥέθη δὲ καὶ πρόσθεν, ὡς τὸ σκληρότερον ἔδεσμα, παχυμερέστερόν τε καὶ, ὡς ἂν εἴποι τις, μᾶλλον γεῶδες ὑπάρχον, ἀξιολογώτερον τρέφει ὑγροτέρων τε καὶ μαλακωτέρων, ὅταν γε πρὸς τούτῳ δηλονότι καὶ τὴν οὐσίαν οἰκείαν ἔχῃ τῷ τρεφομένῳ σώματι· κρίνεται δ' αὐτὴ διὰ τῆς ἡδονῆς. ὅσαι γὰρ ἀλλότριαι τροφαὶ ταῖς ὅλαις φύσεσίν εἰσι τῶν τρεφομένων ζώων, ταύτας ἢ οὐδ' ὅλως, ἢ ἀηδῶς ἐσθίουσι· τῶν γε μὴν οἰκείων ὥσπερ τὸ ὑγρό-

pane optime praeparato (de quo primo libro egimus) et animalibus volucribus, de quibus diximus, perdice fcilicet aliisque id genus: quibus ex marinis pifcibus pelagii funt propinqui.

Cap. XXVII. [De mulo.] Hic quoque pelagicis pifcibus annumeratur. Celebratur autem apud homines, tanquam voluptate cibos reliquos fuperet. Omnium ferme aliorum carnem habet duriffimam et valde friabilem: quod idem fignificat ac fi dicas, nihil in eo effe lentoris, neque pinguedinis: nutrit certe, quum probe confectus fuerit, omnibus aliis pifcibus copiofius. Diximus autem antea, quod cibus durior ac craffiorum partium et (ut fic dicam) terreftris magis alimentum corpori praeftat copiofius, quam humidior ac mollior, praefertim quando praeter id fubftantiam habet corpori alendo accommodatam ac familiarem: quae fubftantia voluptate judicatur: nam alimenta, quae tota fubftantia ab alendis animalibus funt aliena, ea aut non prorfus, aut infuaviter manduntur: ex familiaribus vero quemadmodum humidius minus nutrit, ita co-

τερον ἧττον τρέφει, οὕτω πέττεται καὶ ἀναδίδοται ῥᾷον. ἡ τοίνυν τῆς τρίγλης σὰρξ ἡδεῖα μέν ἐστι, ὡς ἂν οἰκεία τροφὴ τῇ φύσει τῶν ἀνθρώπων, σκληροτέρα δὲ οὖσα τῶν ἄλλων ἰχθύων ὅμως ἑκάστης ἡμέρας ἐσθίεσθαι δύναται, διότι ψαθυρά καὶ ἀλιπής ἐστι καί τι δριμύτητος ἔχει. τὰ γὰρ λιπαρὰ καὶ γλίσχρα κατὰ τὴν πρώτην μὲν εὐθέως ἐδωδὴν ἐμπίπλησί τε ταχέως, ἀνατρέπει τε τὴν ὄρεξιν, ἔτι δὲ μᾶλλον οὐχ ὑπομένομεν αὐτῶν τὴν ἐδωδὴν ἐφεξῆς ἡμέραις πλείοσι. τό γε μὴν ἧπαρ τῆς τρίγλης οἱ λίχνοι τεθαυμάκασιν ἡδονῆς ἕνεκεν, ἔνιοι δ᾽ οὐδὲ καθ᾽ ἑαυτὸ δικαιοῦσιν ἐσθίειν αὐτὸ, παρασκευάσαντες δ᾽ ἐν ἀγγείῳ τὸ καλούμενον γαρέλαιον ἔχον οἴνου βραχύ τι, καταθρύπτουσιν ἐν αὐτῷ τὸ σπλάγχνον, ὡς γενέσθαι τὸ σύμπαν ἐξ αὐτοῦ τε καὶ τῶν προπαρεσκευασμένων ὑγρῶν ἕνα χυμὸν ὁμοιομερῆ πρός γε τὴν αἴσθησιν, ἐν ᾧ τὰς τῆς τρίγλης σάρκας ἀποβάπτοντες ἐσθίουσιν. [392] ἐμοὶ δὲ οὐδ᾽ ἡδονὴν ἔδοξεν ἔχειν ἀξίαν τῆς τοιαύτης τιμῆς, οὔτ᾽ ὠφέλειαν τῷ σώματι, καθάπερ οὐδὲ ἡ κεφαλὴ, καίτοι καὶ ταύτην ἐπαινοῦσιν οἱ λίχνοι, καί φασι τὰ δεύτερα

quitur facilius ac diftribuitur. Ergo muli caro jucunda quidem eft, ut quae alimentum eft hominum naturae accommodum: et quamvis aliis pifcibus fit durior, mandi tamen quotidie poteft, propterea quod friabilis eft et pinguedinis expers cum quadam acrimonia: nam pinguia et lenta cibaria ftatim, ut fumpta fuerint, celeriter implent, et appetentiam evertunt; praeterea, quod majus eft, compluribus deinceps diebus ipforum efum non fuftinemus. Verum muli hepar propter voluptatem a gulofis fummopere expetitur. Quidam vero ne ipfum quidem per fe mandere volunt, fed garelacum, quod vocant, in vafe cum pauxillo vini praeparantes in eo vifcus ipfum tantifper comminuunt, quoad totum fimul ex ipfo et humidis praeparatis fuccus unus fiat fimplex ad fenfum ac fimilaris, in quo muli carnes intinctas mandunt. At mihi profecto nequaquam tantae fuavitatis effe videtur, neque tantam corpori utilitatem afferre, ut tantopere fit confpiciendum, uti nec ipfum caput: quanquam gulofi hoc quoque laudant, ac fecundas poft jecur

φέρεσθαι μετὰ τὸ ἧπαρ. οὐ μὴν οὐδὲ διὰ τί τὰς μεγίστας τρίγλας ὠνοῦνται πάμπολλοι, δύναμαι γνῶναι, μήθ᾽ ἡδεῖαν ὁμοίως ταῖς μικροτέραις ἐχούσας τὴν σάρκα, μήτ᾽ εὔπεπτον, ὡς ἂν ἱκανῶς σκληράν. ὥστε διὰ τοῦτό τινα τῶν ἀργυρίου παμπόλλου τὰς μεγάλας τρίγλας ὠνημένων ἠρόμην, τίς ποτέ ἐστιν ἡ αἰτία τῆς ἀφ᾽ ἑαυτῶν σπουδῆς. ὁ δ᾽ ἀπεκρίνατό μοι, μάλιστα μὲν διὰ τὸ ἧπαρ ὠνεῖσθαι τὰς τηλικαύτας, ἤδη δὲ καὶ διὰ τὴν κεφαλήν. ἀλλὰ γὰρ ἀρκεῖ μέχρι τοσούτου περὶ τῶν τριγλῶν εἰρῆσθαι τῇ πρὸς τὸ χρήσιμον οἰκειότητι τοῦ λόγου. γίγνονται δ᾽ ἄρισται τρίγλαι κατὰ τὴν καθαρὰν θάλασσαν, ὥσπερ καὶ οἱ ἄλλοι πάντες ἰχθύες, οὐχ ἥκιστα δὲ καὶ διὰ τὰς τροφάς. αἱ γοῦν τὰς καρκινάδας ἐσθίουσαι καὶ δυσώδεις εἰσὶ, καὶ ἀηδεῖς, καὶ δύσπεπτοι, καὶ κακόχυμοι. διάγνωσις δ᾽ αὐτῶν, πρὶν μὲν ἐσθίειν, ἀναπτύξαντι τὴν κοιλίαν, ἐσθίοντι δὲ κατὰ τὴν πρώτην εὐθέως ὀσμήν τε καὶ γεῦσιν.

ferre praedicant. Caeterum neque id intelligere queo, cur permulti grandiſſimos mulos emptitent, quum nec adeo ſuavi ſint carne, ut minores, nec ad coquendum facili, ut quae dura admodum eſt. Ob eam igitur cauſam quum quendam aliquando interrogaſſem, qui ingenti pecunia praegrandes mulos emerat, quid eſſet, quod illos tantopere expeteret, reſpondit, ſe primum propter hepar illos tanti emiſſe, tum autem et propter caput. Verum hactenus de mulis haec dixiſſe huic ſermoni, in quo utilitatem inquirere inſtituimus, ſatis fuerit. Porro optimi muli fiunt, ut alii etiam omnes piſces, tum in mari puro, tum maxime propter alimenta; nam qui cancellos vorant, et graviter olent, et inſuaves ſunt, ac ad coquendum difficiles, et mali ſucci. Hos porro dignoſces, ſi prius quidem, quam edas, ventrem referaris: inter edendum vero ipſe ſtatim guſtus ac olfactus judicium afferet

Κεφ. κη'. [Περὶ τῶν πετραίων ἰχθύων.] Σκάρους, κοττύφους, κίχλας, ἰουλίδας, φυκίδας, πέρκας πετραίους ὀνομάζουσιν ἰχθύας ἀπὸ τῶν χωρίων, ἐν οἷς εὑρίσκονται διατρίβοντες· οὐ γὰρ ἐν τοῖς λείοις, ἢ ψαμμώδεσιν, ἢ γεώδεσιν αἰγιαλοῖς, ἀλλ' ἔνθα πέτραι τινές εἰσι καὶ ἀκταὶ, φωλεύουσί τε καὶ τεκνοῦσιν. ἄριστος δ' ἐν αὐτοῖς ἡδονῆς ἕνεκεν ὁ σκάρος εἶναι πεπίστευται, μετ' αὐτὸν δὲ κόττυφοί τε καὶ κίχλαι, καὶ μετὰ τούτους ἰουλίδες τε καὶ φυκίδες καὶ πέρκαι. τροφὴ δ' ἐξ αὐτῶν οὐ μόνον εὔπεπτος, ἀλλὰ καὶ ὑγιεινοτάτη τοῖς τῶν ἀνθρώπων σώμασίν ἐστιν, αἷμα γεννώντων μέσον τῇ συστάσει. καλῶ δὲ μέσον, ὃ μήτε πάνυ λεπτόν ἐστι καὶ ὑδατῶδες, ἀλλὰ μήθ' ἱκανῶς παχύ. πλάτος δ' ἀξιόλογον ἔχοντος τοῦ μέσου, περὶ τῶν ἐν αὐτῷ διαφορῶν ἐπὶ προήκοντι τῷ λόγῳ λεχθήσεται.

Κεφ. κθ'. [Περὶ κωβιοῦ.] Αἰγιάλειος δὲ ἰχθύς ἐστιν οὗτος, τῶν σμικρῶν ἀεὶ διαμενόντων εἷς τις ὢν καὶ οὗτος. ἄριστος δ' εἰς ἡδονὴν καὶ πέψιν ἅμα, ἀνάδοσίν τε καὶ εὐχυμίαν ἐστὶν ὁ κατὰ τοὺς ψαμμώδεις αἰγιαλοὺς, ἢ τὰς πετρώ-

Cap. XXVIII. [De pifcibus faxatilibus.] Scarum, merulam, turdum, iuliam, fucam, percam a locis, in quibus verfari comperiuntur, pifces faxatiles appellant; non enim in levibus, aut arenofis, aut terreis littoribus, fed in petrofis promontoriis, et ubi faxa funt, delitefcunt ac pariunt. Inter hos autem fcarus excellere fuavitate creditur: fecundum hunc merulae ac turdi: tertio loco iuliae, fucae ac percae. Porro alimentum, quod ex eis fumitur, non modo ad coquendum eft facile, fed hominum etiam corporibus eft faluberrimum, ut quod fanguinem medium confiftentia generet. Medium autem voco, qui neque admodum tenuis eft, neque aquofus, neque vehementer craffus. At quum magna hujus medii fit latitudo, de ipfius differentiis procedente fermone differemus.

Cap. XXIX. [De gobione.] Gobio littoralis eft pifcis, ex eorum etiam numero, qui parvi perpetuo manent. Praeftantiffimus autem ad voluptatem, coctionem fimul ac diftributionem et fucci bonitatem eft is, qui in arenofis lit-

δεις ἀκτάς· ὁ δ' ἐν τοῖς στόμασι τῶν πο(346)ταμῶν, ἢ λίμναις, ἢ λιμνοθαλάσσαις οὔθ' ἡδὺς ὁμοίως, οὔτ' εὔχυμος, οὔτ' εὔπεπτος. εἰ δὲ καὶ ἰλυῶδες ὑπάρχει τὸ ὕδωρ, ἢ πόλιν ἐκκαθαίρων ὁ ποταμὸς, οὕτω μὲν ἂν εἴη χείριστος ὁ κατ' αὐτῶν κωβιὸς, ὥσπερ οἱ ἄλλοι πάντες ἰχθύες, οἱ ἐν τοῖς ὕδασι διατρίβοντες. εἰκότως οὖν ἐν μὲν τοῖς πετραίοις ἰχθύσιν οὐδεμία σαφής ἐστι διαφορὰ τῶν ὁμοειδῶν πρὸς ἀλλήλους, ὡς ἂν ἐν καθαρωτάτῃ θαλάττῃ διαιτωμένοις ἀεὶ, φεύγουσί τε τὸ γλυκύτατον ὕδωρ, τό τε συμμιγὲς ἐκ τοῦ τοιούτου τε καὶ θαλαττίου· δευτέροις δὲ μετὰ τούσδε τοῖς πελαγίοις ὑπάρχει ταὐτόν. οὐδὲ γὰρ οὐδ' οὗτοι διαφορὰν ἀλλήλοις ἔχουσι μεγάλην, ὁποίαν οἱ διατρίβοντες ἐν ἀμφοτέροις τοῖς ὕδασι. τούτων γὰρ οἱ μὲν ἐν τῇ καθαρωτάτῃ θαλάττῃ κάλλιστοι τῶν ὁμοειδῶν εἰσιν· οἱ δ' ἐν τοῖς ἐκκαθαίρουσι τὰς πόλεις ποταμοῖς ἁπάντων χείριστοι· [393] μέσοι δ' αὐτῶν οἱ μεταξύ. λέλεκται δὲ ταῦτα καὶ διὰ τῶν ἔμπροσθεν, ἡνίκα περὶ κεφάλου τὸν λόγον ἐποιούμην. ἥ γε μὴν σὰρξ τῶν κωβιῶν ὥσπερ σκληροτέρα τῆς τῶν πετραίων ἐστὶν, οὕτω μα-

toribus aut faxofis promontoriis vivit; non autem aeque eft jucundus, neque boni fucci, neque ad coquendum facilis, qui in fluminum oftiis, aut ftagnis, aut ftagnis maritimis verfatur; quod fi aqua limofa quoque fuerit, aut fluvius urbem expurget, gobio, qui in eis gignetur, erit deterrimus, ceu alii omnes pisces, qui in aquis hujuscemodi verfantur. Merito igitur in faxatilibus pifcibus nullum eft inter congeneres difcrimen manifeftum, ut qui perpetuo in puriffimo mari degant, aquamque dulciffimam et eam, quae ex ejusmodi et marina eft mixta, fugitent. Secundis autem poft hos pelagicis idem accidit: neque enim hi tantum inter fe diffident, quantum qui in utrisque aquis verfantur. Horum namque qui in puriffimo mari degunt, fuorum congenerum funt praeftantiffimi; contra omnium funt peffimi, qui in fluminibus urbes expurgantibus victitant; medii vero inter hos funt, qui in mediis locis verfantur. Diximus autem haec fupra, quum de mugile agebamus. Caeterum gobionum caro ut carne faxatilium eft durior, ita mollior,

λακωτέρα τῆς τῶν τριγλῶν· ἀνάλογον οὖν αὐτῇ καὶ τὸ τῶν ἐσθιόντων σῶμα τρέφεται.

Κεφ. λ'. [Περὶ τῶν μαλακοσάρκων ἰχθύων· πῶς ὁ λευκὸς ζωμὸς παρασκευάζεται.] Φιλότιμος ἐν τῷ τρίτῳ περὶ τροφῆς περὶ τῶν μαλακοσάρκων ἰχθύων οὕτως ἔγραψεν αὐτοῖς ὀνόμασι· κωβιοὶ δὲ καὶ φυκίδες καὶ ἰουλίδες καὶ πέρκαι καὶ σμύραιναι καὶ κίχλαι καὶ κόσσυφοι καὶ σαῦροι, καὶ πάλιν ὄνοι, καὶ πρὸς τούτοις ἀμύαι, καὶ ψῆτται, καὶ ἥπατοι, καὶ κίθαροι, καὶ σκιαίδες, καὶ πᾶν τὸ τῶν ἁπαλοσάρκων γένος εὐκατεργαστότερόν ἐστι τῶν ἄλλων ἰχθύων. ἄξιον οὖν ἐστι θαυμάσαι, πῶς τοὺς σκάρους παρέλιπε, πρωτεύοντας ἐκ τῷ γένει τῶν πετραίων ἰχθύων, οἷς πᾶσιν ὑπάρχει ψαθυρωτάτην τε καὶ μαλακωτάτην ἔχειν τὴν σάρκα τῶν ἄλλων ἰχθύων. ἔνιοι μὲν γὰρ αὐτῶν ἁπαλόσαρκοι μέν εἰσιν, ἀλλ' οὐκ ἔχουσι τὸ ψαθυρὸν, ἐμφερομένου τινὸς αὐτοῖς γλίσχρου τε καὶ λιπαροῦ χυμοῦ, ὅμοιοί τε κατὰ τοῦτο τοῖς πετραίοις ὄντες ἐν τῇ σκληρότητι τῆς σαρκὸς αὐτῶν διαλλάττουσι. τοιοῦτοι μὲν οὖν οἱ πελάγιοι σχεδὸν ἅπαντές εἰσι,

quam mulorum. Ipſa igitur ex proportione veſcentium corpus nutrit.

Cap. XXX. [De piſcibus molli carne praeditis; quomodo jus album conficiatur.] Philotimus in tertio de alimentis de piſcibus carne molli praeditis ad verbum ſic ſcripſit: *Gobiones autem et fucae, iuliae, percae, muraenae, turdi, merulae, lacerti, ad haec aſini, amyae, paſſeres, jecorarii, cithari, umbrae, atque mollium carnium genus univerſum melius quam alii piſces conficiuntur.* Ipſum ſane jure quis demiretur, quonam pacto ſcarum praeterierit, quum is inter piſces ſaxatiles primas teneat, quibus omnibus caro ineſt quam aliis piſcibus mollior ac friabilior; quidam enim ipſorum molli quidem ſunt carne, ſed nullam habent friabilitatem, ut quibus ſuccus quidam lentus ac pinguis innatet; alii nihil lentoris nec pinguedinis habentes in eo quidem ſaxatilibus ſunt ſimiles, carnis tamen duritie ab eis diſcrepant, cujusmodi ſunt pelagici propemodum om-

πλὴν εἴ τινες αὐτῶν ὑπὸ μοχθηρᾶς τροφῆς διαφθείρουσι τὴν σάρκα, καθάπερ αἱ τὰς καρκινάδας ἐσθίουσαι τρίγλαι· ζωΰφια δ' ἔστι ταῦτα πάνυ σμικροῖς καρκίνοις ἐοικότα, ξανθὰ τὴν χρόαν. οἱ πετραῖοι δ' ἰχθύες οὔτε ποικίλαις τροφαῖς χρῶνται, οὔτε χωρίοις διαφέρουσιν, οὔθ' ὕδασι γλυκέσι, καὶ διὰ ταῦτ' ἄμεμπτοι πάντες εἰσὶ διαπαντός. οὓς δ' ὄνους μὲν ἐκάλεσεν ὁ Φιλότιμος, ὀνίσκους δ' ὀνομάζουσιν ἄλλοι, τροφῇ μὲν ἀγαθῇ χρώμενοι καὶ θαλάττῃ καθαρᾷ ταῖς πετραίοις ἐνάμιλλον ἔχουσι τὴν σάρκα, μοχθηρᾷ δὲ τροφῇ χρησάμενοι καὶ κατά τι τῶν ἐπιμίκτων ὑδάτων, καὶ μάλισθ' ὅσα μοχθηρὰ, διατρίψαντες, οὐκ ἀποβάλλουσι μὲν τὴν μαλακότητα τῆς σαρκὸς, ἐπικτῶνται δὲ λιπαρότητα καὶ γλισχρότητα, καθ' ἣν οὔτε ἡδεῖς ὁμοίως ἔτι διαμένουσι, περιττωματικὴν δὲ τὴν ἐξ αὐτῶν ἀναδιδόασι τροφήν. ἐπὶ πάντων δὲ ἰχθύων, ὡς ἔφην, κοινὸν τοῦτο μεμνῆσθαι προσήκει, ὡς χείριστοι γεννῶνται κατὰ τὰς ἐμβολὰς τῶν ποταμῶν, ὅσοι κοπρῶνας καθαίρουσιν, ἢ μαγειρεῖα καὶ βαλανεῖα, ἢ τὸν ἐσθῆτός τε καὶ τῶν ὀθονίων ῥύπον, ὅσα τ' ἄλλα τῆς πόλεώς εἰσιν, ἣν

nes, nifi fi qui ipforum pravo alimento propriam carnem corrumpant, ut muli, qui cancellos mandunt. Cancelli autem parva funt animalia flavo colore, minimis cancris fimilia. Saxatiles vero nec alimenta, nec loca mutant, nec dulcibus aquis utuntur, ob eamque caufam omnes perpetuo funt inculpati. Quos Philotimus quidem afinos nominavit, alii autem afellos nominant, fiquidem probo utantur alimento et mari puro, carnis bonitate cum faxatilibus contendent: qui vero pravo alimento utuntur aut in aquis mixtis, et potiffimum fi eae vitiofae fuerint, degunt, carnis quidem mollitiem non abjiciunt, fed pinguedinem ac lentorem acquirunt, propter quem neque fuaves amplius, ut ante, manent, fed alimentum ex fe ipfis excrementitium reddunt. In omnibus porro pifcibus id communiter, ut diximus, memoria tenere oportet, peffimos gigni in eorum fluviorum oftiis, qui latrinas expurgant, aut culinas, aut balneas, aut veftium ac linteorum fordes, aut fi qua funt alia in urbibus,

διαῤῥέουσιν, καθάρσεως δεόμενα, καὶ μάλισθ᾽ ὅταν ᾖ πολυάνθρωπος ἡ πόλις. μοχθηροτάτη δ᾽ εὑρίσκεται καὶ τῆς σμυραίνης ἡ σὰρξ ἐν ὕδατι τοιούτῳ διατριβούσης· καίτοι γ᾽ οὔτε ποταμοῖς ἐπεμβαίνουσαν ἔστιν εὑρεῖν αὐτὴν, οὔτ᾽ ἐν λίμνῃ γεννωμένην. ἀλλ᾽ ὅμως καὶ αὐτὴ χειρίστη γίνεται κατὰ τὰς ἐμβολὰς τῶν τοιούτων ποταμῶν, ὁποῖός ἐστιν ὁ διὰ Ῥώμης ῥέων, καὶ διὰ τοῦτο εὐωνοτάτη πιπράσκεται κατὰ τὴν πόλιν τήνδε σχεδὸν ἁπάντων μόνη τῆς ἐκ θαλάττης, ὥσπερ γε καὶ οἱ κατὰ τὸν ποταμὸν αὐτὸν ἰχθύες γεννώμενοι· καλοῦσι δ᾽ αὐτοὺς ἔνιοι Τιβερίνους, ὡς ἰδίαν ἔχοντας ἰδέαν, οὐδενὶ τῶν θαλαττίων ὁμοίαν. ὅτι δὲ ἡ τῶν ἐκ τῆς πόλεως ἐπιῤῥεόντων ἐπιμιξία μοχθηροτάτους αὐτοὺς ἐργάζεται, μαθεῖν ἐστιν ἐκ τοῦ βελτίους εἶναι τοὺς ἐν αὐτῷ τῷ ποταμῷ γεννωμένους, πρὶν εἰς τὴν πόλιν ἀφικέσθαι. καὶ μέντοι καὶ ἄλλος τις ποταμὸς ὀνομαζόμενος Νὰρ, παρεμβάλλων εἰς τὸν Τίβεριν ὡς ἀπὸ πεντήκοντα καὶ τριακοσίων σταδίων, ἰχθὺν ἔχει πολὺ βελτίω τοῦ κατὰ τὸν Τίβεριν, [394] ἐπειδὴ καὶ μέγας ἐστὶν εὐθὺς ἀπὸ τῶν πηγῶν, καὶ καθαρὸς διαμένει, κά-

per quas medias fluunt, expurganda, et potissimum si populosa urbs fuerit. Quin et ipsius muraenae, quae in ejusmodi aqua degit, caro deterrima invenitur: quanquam certe neque flumina ipsam ingredi invenias, aut in stagnis gigni: pessima tamen in hujusmodi fluviorum ostiis, qualis est Tiberis, qui Romam praeterfluit, gignitur: ideoque in ea urbe omnium fere marinorum piscium minimo emitur, quemadmodum et qui pisces eodem in flumine nascuntur, quos nonnulli Tiberinos appellant, tanquam speciem habeant propriam, nulli marinorum similem. Quod autem mixtione eorum, quae ex urbe fluvium influunt, fiant deterrimi, ex eo intelligere poteris, quod meliores sunt, qui in eodem fluvio nascuntur, priusquam is ad urbem perveniat. Quin et alius quidam est fluvius in Tiberim trecentis et quinquaginta stadiis ab urbe prorumpens, quem Nar appellant, qui piscem habet, antequam ad Tiberim perveniat, longe praestantiorem. Nam et ab ipsis statim fontibus magnus oritur, et purus perpetuo declivi rapidoque fluxu

ταντες τὸ ῥεῦμα ἔχων καὶ ὀξὺ μέχρι τοῦ Τιβέρεως, ὡς μηδαμόθι μηδ᾽ ἐπὶ βραχὺ λιμνάζειν. ὅσοι μὲν οὖν ἐκ συνηθείας ἐμπειρίαν ἔχουσι τῶν ἐπιχωρίων ἰχθύων, οὐ δέονται τῶν εἰρημένων ἄρτι γνωρισμάτων εἰς τὴν διάγνωσιν αὐτῶν· ὅσοι δ᾽ ἀήθεις εἰσὶν, εἴτ᾽ οὖν ἐξ ἄλλης πόλεως ἥκοντες, εἴτ᾽ ἐπιχώριοι, τὰ τοιαῦτα προσεξεταζέτωσαν εὐθέως ἀπ᾽ ἀρχῆς, πρὶν διὰ τῆς οἰκείας πείρας εἰς γνῶσιν ἀφικέσθαι τῆς φύσεως ἑκάστου τῶν ἰχθύων. ἐχρῆν οὖν οὐχ ἁπλῶς μεμνημονευκέναι τῶν ἁπαλοσάρκων ἰχθύων ἁπάντων ἅμα τὸν Φιλότιμον, οὐδ᾽ ἀναμίξαι τοῖς ἄλλοις τοὺς πετραίους ἀδιορίστως. οὗτοι μὲν γὰρ ἄριστοι διαπαντὸς ὑπάρχουσιν, οὔτε δ᾽ ὀνίσκος, οὔτε σμύραινα, καθάπερ οὐδ᾽ οἱ κωβιοί. καὶ γὰρ τούτων ἔνιοι μὲν ἐν ποταμοῖς καὶ λίμναις, ἔνιοι δὲ ἐν θαλάττῃ γίγνονται, τινὲς δ᾽ ἐν λιμνοθαλάσσαις καλουμέναις, ἢ ὅλως ἐν ἐπιμίκτοις ὕδασιν, ἔνθα ποταμοῦ μεγάλου στόμα συνάπτεται θαλάττῃ. πάμπολυ τοίνυν ἀλλήλων διαφέρουσιν οἱ κατὰ μέρος, ὥσπερ γε καὶ οἱ κέφαλοι καὶ αἱ σμύραιναι· καὶ οἱ ὀνίσκοι δὲ τούτων μὲν ἧττον, οὐ σμικρῷ δ᾽ ἀλλήλων οὐδ᾽,

in ipfum usque Tiberim profluit, nusquam prorfus ne tantillum quidem reftagnans. Porro qui propter confuetudinem vernaculos pifces experientia habent exploratos, iis memoratis paulo ante indiciis ad ipfos dignofcendos nihil opus fuerit; quibus vero eorum ufus eft infolitus, five ex alia civitate eo migrarint, five fint incolae, haec omnia ftatim initio expendant prius, quam a propria experientia ad cognitionem naturae fingulorum pifcium adducantur. Non igitur oportebat Philotimum fimpliciter de omnibus tenera carne praeditis pifcibus fimul tractare, neque faxatiles aliis indifcriminatim permifcere: hi namque femper funt optimi; quod afellis minime contingit, nec muraenis, ut ne gobionibus quidem. Etenim quidam ex his in fluviis et ftagnis, alii autem in mari nafcuntur, alii in ftagnis maritimis, quae vocant, aut omnino in aquis permixtis, ubi magni fluvii oftium mari committitur. Plurimum certe particulatim inter fe diffident, ut mugil et muraena: afelli vero his quidem minus, veruntamen hi quoque inter fe non mediocriter

οὗτοι παραλλάττουσιν. οὐ μὴν ὁμοίως γε μαλακὴν ἔχουσι σάρκα τούτοις καὶ τοῖς πετραίοις ἰχθύσιν οἱ κωβιοὶ, καθάπερ οὐδὲ σκινίδες ἢ σκίαιναι, διττῶς γὰρ ὀνομάζονται. περὶ δὲ τῶν κιθάρων καὶ πάνυ θαυμάζω τοῦ Φιλοτίμου· παραπλήσιος γὰρ ὢν ὁ ῥόμβος αὐτῶν μαλακωτέραν ἔχει τὴν σάρκα, τῶν ὀνίσκων ἀπολειπόμενος οὐκ ὀλίγῳ. καὶ τούτους οὖν καὶ τοὺς ἡπάτους καλουμένους καὶ τοὺς ἄλλους, ὅσους ἔμιξε τοῖς πετραίοις τε καὶ τοῖς ὀνίσκοις ὁ Φιλότιμος, ἐν τῷ μέσῳ καθεστηκέναι γίνωσκε τῶν θ' ἁπαλοσάρκων καὶ τῶν σκληροσάρκων. οὔπω μὲν γάρ εἰσι σκληρόσαρκοι, τῶν ἀκριβῶς δὲ ἁπαλοσάρκων ἀπολείπονται. παρέλιπε δ' ἐν τούτοις ὁ Φιλότιμος καὶ τὸ βούγλωττον, ὥσπερ ἐν τοῖς πετραίοις τὸν σκάρον, εἰ μή τι ἄρα τῷ τῆς ψήττης ὀνόματι καὶ κατὰ τῶν βουγλώττων ἐχρήσατο. παραπλήσια μὲν γάρ πώς ἐστιν, οὐ μὴν ἀκριβῶς ὁμοειδῆ βούγλωττόν τε καὶ ψῆττα· μαλακώτερον γάρ ἐστι καὶ ἥδιον εἰς ἐδωδὴν καὶ παντὶ βέλτιον τὸ βούγλωττον τῆς ψήττης. ἀλλὰ καὶ οἱ σαῦροι μέσοι πώς εἰσι τῶν ἁπαλοσάρκων τε καὶ σκληροσάρκων. οὐ μὴν δεῖταί γέ τις

discrepant. Caeterum gobiones non perinde mollem ac isti et saxatiles pisces carnem habent, veluti nec umbrae, quae *σκινίδες* aut *σκίαιναι* duplici nomine appellantur. Quod vero ad citharos attinet, Philotimum vehementer miror: quibus quum rhombus sit assimilis, carnem tamen habet ipsis molliorem, quum interim asellis longe sit inferior. Et hos igitur et alios, quos vocant jecorarios, atque alios, quos Philotimus saxatilibus et asellis permiscuit, scito in medio esse piscium durae carnis ac mollis: nam nondum durae quidem carnis sunt, et ab iis, qui exacte sunt molles, relinquuntur: quibus et soleam Philotimus non annumeravit, ut nec saxatilibus scarum, nisi sane passeris nomine soleam intelligat: similes enim quodammodo inter se sunt passer et solea, non tamen omnino ejusdem sunt speciei: solea enim mollior est et cibo suavior ac in totum praestantior quam passer: quin et lacerti medii quodammodo sunt inter pisces carnis mollis ac durae: nullus tamen memoratorum piscium

τῶν εἰρημένων ἰχθύων οὔτ᾽ ὄξους, οὔτε νάπυος, οὔτ᾽ ὀριγάνου, καθάπερ οἱ λιπαροὶ καὶ γλίσχροι καὶ σκληροί, καὶ μέντοι καὶ χρῶνται τινὲς μὲν ταγηνίζοντες αὐτοὺς, τινὲς δὲ ὀπτῶντες, οἱ δὲ ἐν ταῖς λοπάσι σκευάζοντες, ὥσπερ τοὺς ῥόμβους τε καὶ κιθάρους. ἀλλ᾽ αἱ μὲν τῶν μα(347)γειρικῶν λοπάδων σκευασίαι τοὐπίπαν ἀπεψίας εἰσὶν αἴτιαι, κάλλισται δ᾽ εἰσὶν εἰς πέψιν αἱ διὰ τοῦ λευκοῦ ζωμοῦ. γίγνεται δὲ οὕτως, ὅταν, ὕδατος δαψιλοῦς ἐμβληθέντος, ἐλαίου τις αὔταρκες ἐπιχέας, ἀνήθου τε καὶ πράσου μικρὸν, εἶθ᾽ ἡμιέφθους ποιήσας, ἐπιβάλλῃ τοσοῦτον ἁλῶν, ὡς μηδέπω φαίνεσθαι τὸν ὅλον ζωμὸν ἁλμυρόν. αὕτη καὶ τοῖς νοσηλευομένοις ἐπιτήδειος ἡ σκευασία, τοῖς δ᾽ ἀμέμπτως ὑγιαίνουσι καὶ ἡ διὰ τοῦ ταγήνου, καὶ μετ᾽ αὐτὴν ἡ τῶν ἐπὶ τῆς ἐσχάρας ὀπτηθέντων. ἀλλ᾽ αὕτη μὲν ἐλαίου καὶ γάρου δεῖται μετὰ βραχέος οἴνου, τοῖς δὲ ταγηνισθεῖσιν ἁρμόττει πλέον ἔχειν ἢ κατὰ τούτους οἴνου τε καὶ γάρου, βραχέος ἐπιχυθέντος ἐλαίου. τοῖς δ᾽ ἀνατρεπομένοις ἐπὶ τῷδε τὸν στόμαχον ἕτοιμον ἔστω παρακείμενον ὄξος ὀλίγον ἔχον ἐν ἑαυτῷ γάρου τε καὶ πεπέρεως. μεταβαίνοντες γὰρ ἐπὶ τὴν διὰ τούτων ἐδω-

aceto, aut ſinapi, aut origano indiget, veluti pingues, lenti ac duri. Quidam etiam frixis iis in ſartagine veſcuntur, alii aſſant, aut in patinis condiunt, ut rhombos et citharos. Verum hi coquorum in patinis apparatus cruditatis in totum ſunt cauſae. Ad coquendum autem ſunt praeſtantiſſimi, qui ex albo jure fiunt, quod ad hunc modum fit. Copioſam aquam primum injice: deinde olei quod ſatis ſit affundito cum pauco anethi et porri: deinde, quum piſces ſemicocti fuerint, ſalis tantum inſpergito, quoad totum jus ſalſum nondum appareat. Haec praeparatio vel aegrotis ipſis eſt accommoda. Quibus vero inculpata eſt ſanitas, iis piſcium in ſartagine frixorum, ſecundo loco ſuper craticula aſſorum praeparatio eſt accommoda: verum haec ſane oleum garumque cum pauco vino expoſcit, frixis vero plus vini garique addere convenit, minus olei. Quod ſi quibus id ſtomachum ſubvertat, paratum habeant acetum, modicum in ſe gari piperisque continens: qui enim ad id condimen-

δὴν ἄμεινόν τε πέττουσι καὶ πρὸς τὴν διαχώρησιν οὐδὲν βλάπτονται, [395] δι' ἣν μάλιστά τινες ἐξ οἴνου καὶ γάρου ταγηνισθέντα προσφέρονται, πεπέρεως μὲν ἐπεμβάλλοντες οἱ πλείους, ὀλίγοι δ' ἐλαίου. τινὲς δ' ἐκ τῶν εἰρημένων ἰχθύων, ἐπειδὰν ταγηνισθῶσιν, ὀλίγοις ἁλσὶ περιπασθέντες ἥδιστοί τε ἅμα βρωθῆναι καὶ πεφθῆναι γίνονται βελτίους, εὐστομαχώτεροί τε πάσης ἄλλης σκευασίας. ἁπάντων δὲ τῶν εἰρημένων ἰχθύων ἡ τροφὴ καλλίστη τοῖς τε μὴ γυμνασαμένοις ἐστὶ καὶ γέρουσι καὶ ἀσθενέσι καὶ τοῖς νοσηλευομένοις· οἱ γυμναζόμενοι δὲ τροφιμωτέρων ἐδεσμάτων δέονται, περὶ ὧν ἔμπροσθεν εἴρηται. λέλεκται δ' ἤδη πολλάκις ἡ μαλακὴ καὶ ψαθυρὰ τροφὴ πρὸς ὑγείαν ὑπάρχειν ἀρίστη, διότι καὶ εὐχυμοτάτη πασῶν ἐστιν· οὐδὲν δ' εὐχυμίας εἰς ὑγείαν ἀσφαλῆ μεῖζον ἐφόδιον.

Κεφ. λα'. [Περὶ τῶν σκληροσάρκων ἰχθύων.] Καὶ περὶ τούτων ἔγραψεν ὁ Φιλότιμος κατὰ λέξιν οὕτως ἐν τῷ δευτέρῳ περὶ τροφῆς· δράκοντές τε καὶ κόκκυγες, καὶ γαλεώνυμοι καὶ σκορπίοι καὶ φάγροι, καὶ πρὸς τούτοις ἔτι καὶ

tum tranfeunt, melius concoquunt et dejectio nihil eis deterius procedit: cujus potiffimum gratia ex vino et garo quidam frixos pifces mandunt, plerisque piper immittentibus, paucis oleum. Nonnulli autem ex memoratis pifcibus, quum frixi fuerint, pauco fale infperfi in cibo fimul funt fuaviffimi: praeterea ad coquendum fiunt meliores ac ftomacho utiliores, quam fi alio quovis modo effent apparati. Omnium autem memoratorum pifcium alimentum hominibus otiofis, fenibus, imbecillibus et aegrotis eft accommodatiffimum: qui vero corpus exercent, cibos poftulant firmiores, de quibus fupra differuimus. Diximus autem faepenumero, molles et friabiles cibos ad fanitatem maxime conferre, quod ii omnium optimi fint fucci: nihil enim eft, quod ad firmam valetudinem tuendam adeo conferat, quam fuccus bonus.

Cap. XXXI. [De pifcibus durae carnis.] De his quoque in fecundo de alimentis Philotimus ad verbum fic fcripfit: *Dracones, cuculi, mufteli, fcorpii, pagri, ad haec*

τραχοῦροι καὶ τρίγλαι καὶ πάλιν ὀρφοί τε καὶ γλαῦκοι, καὶ σκάροι, καὶ κύνες, καὶ γόγγροι, καὶ λαμίαι, καὶ ζύγαιναι, καὶ πάντες οἱ σκληρόσαρκοι δυσκατέργαστοί τ᾽ εἰσὶ καὶ παχεῖς, καὶ ἁλυκοὺς ἀναδιδόασι χυμούς. αὕτη μὲν ἡ τοῦ Φιλοτίμου ῥῆσις. ἐπισκεψώμεθα δ᾽ ἕκαστον τῶν κατ᾽ αὐτὴν εἰρημένων ἀπὸ τῆς ἀρχῆς. οἱ μὲν οὖν δράκοντες καὶ οἱ κόκκυγες ἐναργῶς ἅπασι φαίνονται τοῖς προσενεγκαμένοις αὐτοὺς σκληρὰν ἔχοντες τὴν σάρκα. τῶν γαλεῶν δ᾽ οὐχ ἓν εἶδός ἐστιν· ὁ γάρ τοι παρὰ Ῥωμαίοις ἐντιμότατος ἰχθὺς, ὃν ὀνομάζουσι γαλεξίαν, ἐκ τοῦ τῶν γαλεῶν ἐστι γένους, ὃς οὐδὲ γεννᾶσθαι δοκεῖ κατὰ τὴν Ἑλληνικὴν θάλασσαν, καὶ κατὰ τοῦτό γε καὶ ὁ Φιλότιμος αὐτὸν ἠγνοηκέναι φαίνεται. γέγραπται μέντοι διττῶς ἐν τοῖς ἀντιγράφοις τοὔνομα, γαλεοὶ μὲν ἐν τρισὶ συλλαβαῖς κατ᾽ ἔνια, γαλεώνυμοι δὲ ἐν πέντε κατ᾽ ἄλλα. καὶ δηλονότι τῶν ἁπαλοσάρκων ἐστὶν ὁ παρὰ τοῖς Ῥωμαίοις ἔνδοξος γαλεξίας, οἱ δ᾽ ἄλλοι γαλεοὶ σκληρόσαρκοι μᾶλλόν εἰσι. σκορπίους δ᾽ ἐφεξῆς καὶ τραχούρους καὶ τρίγλας, ὀρφούς τε καὶ γλαύκους ὁ Φιλότιμος ἐν τοῖς σκληροσάρκοις

trachuri, et muli, ac rurſum cernuae, glauci, ſcari, canes, congri, ac lamiae, libellae, omnesque durae carnis piſces aegre conficiuntur, ſuccosque craſſos et ſalſos in corpus diſtribuunt. Haec quidem Philotimi ſunt verba; nos vero ſingula ejus dicta ab ipſo initio expendamus. Dracones quidem ac cuculi omnibus iis, qui ipſis veſcuntur, duram habere carnem manifeſte apparent. Muſtelorum vero non una eſt ſpecies; nam qui piſcis apud Romanos in maximo eſt pretio, quem galexiam appellant, ex genere eſt muſtelorum: qui neque in Graeco quidem mari usquam naſci videtur: quae cauſa eſt, cur Philotimus ipſum ignoraſſe videatur. Hoc tamen nomen in exemplaribus dupliciter ſcriptum invenitur; in quibusdam enim *γαλεοὶ* per tres ſyllabas, in aliis *γαλεώνυμοι* per quinque. Et liquet ſane, celebrem illum apud Romanos galexiam in eorum numero, qui molli carne conſtant, eſſe habendum: reliqui vero muſteli dura magis carne ſunt praediti. Deinceps autem Philotimus ſcorpium, trachurum, mulum, cernuam, glaucum

ὀρθῶς καταλέγει· σκάρους δ᾽ αὐτοῖς συγκαταριθμῶν ἁμαρτάνει, τῶν πετραίων ἰχθύων ὄντας. ἑξῆς δὲ κύνας ἔγραψεν, οὓς ἐν τοῖς κητώδεσιν ἐχρῆν ἀριθμεῖσθαι, σκληρὰν καὶ περιττωματικὴν ἔχοντας τὴν σάρκα, καὶ διὰ τοῦτο τεμαχιζομένους τε καὶ ταριχευομένους, ἐδωδήν τε ὄντας ἀνθρώπων τῶν ἐπιτυχόντων· καὶ γὰρ ἀηδεῖς εἰσι καὶ βλεννώδεις, καὶ διὰ τοῦτο καὶ διὰ νάπυός τε καὶ ὀξελαίου καὶ τῶν οὕτω δριμέων ὑποτριμμάτων αὐτοὺς ἐσθίουσιν. ἐκ τούτου δὲ τοῦ γένους εἰσὶ καὶ φάλαιναι καὶ δελφῖνες καὶ φῶκαι· πλησίον δ᾽ αὐτῶν ἥκουσι καὶ οἱ μεγάλοι θύννοι, καίτοι τῇ γ᾽ ἡδονῇ τῆς ἐδωδῆς οὐχ ὅμοιοι τοῖς προειρημένοις ὄντες· ἀηδεῖς γὰρ ἐκεῖνοι καὶ μάλιστα πρόσφατοι, ταριχευθέντες δ᾽ ἀμείνους γίνονται. τῶν δ᾽ ἐλαττόνων θύννων κατά τε τὴν ἡλικίαν καὶ τὸ μέγεθος οὔθ᾽ ἡ σὰρξ ὁμοίως σκληρὰ, καὶ πεφθῆναι δηλονότι βελτίους εἰσί· καὶ τούτων ἔτι μᾶλλον αἱ πηλαμίδες, αἳ καὶ ταριχευθεῖσαι τοῖς ἀρίστοις ταρίχοις ἐνάμιλλοι γίγνονται. πλεῖσται δ᾽ ἐκ τοῦ Πόντου κομίζονται, τῶν ἐκ τῆς Σαρδοῦς καὶ τῶν ἐκ τῆς Ἰβηρίας μόνων ἀπολειπόμεναι. ἐντιμότατον γὰρ δὴ τοῦτο

inter durae carnis pifces recte connumerat, in eo autem peccat, quod fcarum (qui pifcis eft faxatilis) illis accenfet. Poft haec autem canem afcribit, quem in cetaceorum genere numerare oportebat, ut qui carnem duram habeat atque excrementitiam. Quapropter ipfo in partes fecto ac falito vulgares homines vefcuntur; ingrati enim eft faporis ac mucofus, ideoque cum finapi et oxelaeo atque id genus acribus condimentis eum mandunt. Ex hoc item genere funt balaenae et delphini et phocae. Ad quos proxime magni thunni accedunt: quanquam non aeque ac praedicti in cibo funt jucundi; infuaves enim funt hi, et praefertim recentes, nam falfi evadunt meliores. Thunnorum autem caro, qui et aetate et corporis mole funt minores, non perinde dura eft, eoque hi facilius quoque concoquuntur: et iis adhuc magis pelamides, quae fale conditae laudatiffimis falfamentis non cedunt. Plurimae hae ex Ponto advehuntur, iis duntaxat, quae ex Sardinia atque Iberia importantur, inferiores. Hoc namque falfamentum jure in fummo

τὸ τάριχος εἰκότως ἐστὶν ἡδονῆς τε καὶ μαλακότητος ἕνεκα τῆς σαρκὸς, ὀνομάζεται δὲ συνήθως ὑπὸ τῶν πάντων ἤδη τὰ τοιαῦτα ταρίχη σάρδα. [396] μετὰ δὲ σάρδας τε καὶ πηλαμίδας οἱ ἐκ τοῦ Πόντου κομιζόμενοι μύλοι μᾶλλον τετίμηνται, καὶ μετ᾽ αὐτοὺς οἱ κορακῖνοι. ταῦτα μὲν οὖν ὡς ἐν παρέργῳ περὶ τῶν ταριχευθέντων ἰχθύων εἰρήσθω. ζυγαινῶν δὲ καλῶς ἐμνημόνευσεν ὁ Φιλότιμος ἐν τοῖς σκληροσάρκοις· ἐχρῆν δὲ καὶ τῆς ἀηδίας αὐτῶν μεμνῆσθαι, καθάπερ γε καὶ τῶν ἄλλων, οὓς ὅλως παρέλιπε. γόγγρους δὲ καὶ φάγρους καὶ λαμίας καὶ ἀετοὺς ὀρθῶς εἶπε σκληροσάρκους εἶναι. καὶ ἄλλοι δέ τινες, ὡς αὐτὸς ἔφη, τῶν σκληροσάρκων ἰχθύων εἰσὶν, ὧν οὐκ εἶπε τὰς προσηγορίας, ὅτι μηδ᾽ ἐν πολλῇ χρήσει τοῖς ἀνθρώποις εἰσίν· ὅθεν ἄμεινόν ἐστιν ἐπισκέψασθαι περὶ τῆς δυνάμεως αὐτῶν, ἐάσαντας τὰς προσηγορίας. ὅτι μὲν οὖν οἱ σκληρόσαρκοι δυσκατεργαστότεροι τῶν μαλακοσάρκων εἰσὶν, ὀρθῶς εἶπεν ὁ Φιλότιμος. ἥ τε γὰρ ἐν τῇ γαστρὶ πέψις, ἥ τε καθ᾽ ἕκαστον τῶν τρεφομένων μορίων ἐξομοίωσις ἐπὶ μὲν τοῖς μαλακωτέροις ῥᾴων ἐστὶν,

pretio habetur tum propter voluptatem, tum propter carnis mollitiem: vocatur autem paſſim uſitato nomine ſalſamentum Sardicum. Poſt ſardas autem ac pelamides myli, qui ex Ponto afferuntur, praecipue commendantur, poſt ipſos vero ſunt graculi. Haec itaque velut obiter de ſalitis piſcibus ſint dicta. Libellarum porro haud perperam Philotimus inter piſces durae carnis meminit; verum una etiam earum inſuavitatis mentionem facere oportebat, ceu aliorum quoque, quos omnino praetermiſit; congrum vero, pagrum, lamiam et aquilam recte duram carnem habentibus annumeravit. Suntque alii quidam piſces, ut ipſe inquit, durae carnis, quorum nomina ſuppreſſit, quod eis homines raro utantur; quare ſatius eſt nos quoque, omiſſis nominibus, ipſorum facultates inquirere. Haud ergo male cenſuit Philotimus, durae carnis piſces aegrius quam mollis confici. Siquidem tum concoctio, quae in ventriculo ſit, tum in ſingulis corporis partibus alendis aſſimilatio in mollioribus quidem facilius, in durioribus vero aegrius ſit.

ἐπὶ δὲ τοῖς σκληροτέροις χαλεπωτέρα. γίγνεται γὰρ ἀλλοιουμένων αὐτῶν ταῦτα, ῥᾷον δ' ἀλλοιοῦνται τὰ μαλακώτερα, διότι καὶ πάσχειν ἑτοιμότερα· πάθος δ' ἐστὶ τῶν ἀλλοιουμένων ἡ ἀλλοίωσις. ὀρθῶς οὖν εἶπεν αὐτοὺς δυσκατεργάστους εἶναι, ὀρθῶς δὲ καὶ παχέος χυμοῦ γεννητικούς· ἡ μὲν γὰρ σκληροτέρα τροφὴ παχυτέραν ἔχει τὴν οὐσίαν, ἡ δὲ μαλακωτέρα λεπτοτέραν. εἰ δὲ καὶ ἁλυκοὺς ἡ σκληρὰ τροφὴ τοὺς χυμοὺς ἐργάζεται, σκεπτέον ἐφεξῆς. ὁ μὲν γὰρ Φιλότιμος, ὥσπερ γε καὶ ὁ διδάσκαλος αὐτοῦ Πραξαγόρας, τὸν ἁλυκὸν χυμὸν ἐκ τῶν ἐπὶ πλέον θερμαινομένων γίγνεσθαί φησιν. ἐμοὶ δ' οὐχ ἁπλῶς δοκεῖ δεῖν ἀλλὰ μετὰ διορισμοῦ ποιεῖσθαι τὴν ἀπόφασιν. ἐπεὶ δὲ κοινὸς ὁ λόγος ἐστὶν ἁπάντων τῶν σκληρῶν ἐδεσμάτων, ἴδιον αὐτῷ κεφάλαιον ἀποδόντες ἐφεξῆς σκεψόμεθα.

Κεφ. λβ'. [Περὶ τοῦ, εἰ τὰ σκληρὰ πάντα κατὰ τὴν ἕψησιν ἁλυκοὺς γεννᾷ χυμούς.] Οὐ μόνον ἐπὶ τῶν ἰχθύων τῶν σκληροσάρκων, ἀλλὰ καὶ τῶν ἄλλων ἁπάντων ἐδεσμάτων, ὅσα σκληρὰ, Πραξαγόρας καὶ Φιλότιμος οἴονται τὸν

Illa namque fiunt, quum haec alterantur: porro, quae molliora sunt, ea facilius alterantur, quod facilius etiam patiantur: eorum autem, quae alterantur, passio est alteratio. Proinde recte dixit, pisces durae carnis aegre confici: recte etiam, crassum succum gignere: durior namque cibus crassiorem habet substantiam, ut mollior tenuiorem. An vero salsum quoque succum dura cibaria procreent, deinceps erit considerandum. Philotimus namque, ut et ejus praeceptor Praxagoras, salsum succum ex iis, quae supra modum calefiunt, generari tradit. Mihi vero non simpliciter, sed cum distinctione id pronunciandum videtur. Quoniam vero sermo hic ad omnia dura cibaria communiter pertinet, proprio illum capite seorsum deinceps discutiemus.

Cap. XXXII. [An dura omnia per decoctionem salsos succos gignant.] Non solum in piscibus durae carnis, sed in aliis etiam omnibus duris cibis Praxagoras et Philo-

ἁλυκὸν γεννᾶσθαι χυμὸν ἐν ταῖς ἐπὶ πλέον ἑψήσεσιν, ὀνομάζουσι δ' αὐτὸν οὐχ ἁλυκὸν μόνον ἢ ἁλμυρὸν, ἀλλὰ καὶ νιτρώδη. ἐγὼ δ' ὁρῶ τὸ μὲν ἀφέψημα τῶν πλείστων, εἰ δὲ βούλει καὶ πάντων, ἐφ' ὅσον ἂν ἕψηται χρόνον, ἁλυκώτερον ἀεὶ γινόμενον, ὕστερον δέ ποτε καὶ πικρὸν, ὡς αὐτοὶ βούλονται, τὸ μέντοι στερεὸν σῶμα, τὸ κατὰ τὸ ὕδωρ ἑψηθὲν, ἀποτιθέμενον ἐν ἐκείνῳ τὰς ἐξ ἀρχῆς ὑπαρχούσας αὐτῷ ποιότητας, (348) ὡς ἐν τῷ χρόνῳ τὸ καλούμενον ἄποιόν τε καὶ ὑδατῶδες γίνεσθαι, μήθ' ἁλυκότητος ἔχον τι, μήτε πικρότητος, ἢ δριμύτητος, ἢ στύψεως. ἐναργέστερον δ' εἴσῃ τοῦ λεγομένου τὴν ἀλήθειαν, ἐάν ποτε εἰς ἄλλο μεταβάλλων ὕδωρ ἕψῃς, ὅπερ ἂν θέλῃς. εὑρήσεις μὲν γὰρ αὐτὸ τὸ ἑψόμενον ἀποβαλὸν τὴν οἰκείαν ποιότητα, τὸ δὲ ὕδωρ ἐπιδεχόμενον αὐτήν. θέρμοι μὲν οὖν, τῶν Δημητρίων ἐδεσμάτων ὄντες, πικρὸν ἐργάζονται τὸ ὕδωρ, ὅτι καὶ αὐτοὶ τὴν πικρὰν ποιότητα σύμφυτον ἔχουσιν· οὕτω δὲ καὶ ὄροβοι καὶ ἀψίνθιον, καὶ ἀβρότονόν τε καὶ πόλιον, ὅσα τ' ἄλλα πικρά· τὸ σῶμα δ' αὐτὸ τὸ ἀφεψηθὲν ἧττον φαίνεται πικρόν. εἰ δὲ καὶ με-

timus falfum humorem ex diuturniori decoctione gigni arbitrantur: quem non falfum modo, fed etiam nitrofum appellant. Equidem comperio, plurimorum, aut, fi vis, etiam omnium decoctum, quamdiu coquitur, falfius femper evadere, poft autem aliquando (ut et ipfi volunt) amarum. Nam corpus ipfum folidum, quod in aqua elixatur, qualitates, quae initio fibi inerant, in ea deponit, ita ut tandem infipidum, quod vocant, et aquofum evadat, neque quicquam falfedinis, aut amaritudinis, aut acrimoniae, aut aftrictionis habeat. Clarius autem hujusce rei veritatem intelliges, fi quando, quod elixas, in aliam aquam transfufum rurfus elixaveris; invenies namque id, quod decoquitur, propriam amififfe qualitatem, aquam autem eam in fe recepiffe. Quamobrem lupini, qui ex Cerealibus funt cibis, aquam amaram efficiunt, quod et ipfi qualitatem amaram habeant congenitam: fic et ervum et abfinthium, abrotonum, polium, et alia omnia amara: at folidum corpus, quod decoquitur, minus amarum apparet. Quod fi in aliam aquam transfun-

ταβάλλων εἰς ἕτερον ὕδωρ αὐτὰ πάλιν ἑψήσεις, ὡς ἀρτίως εἶπον, ἔτι καὶ μᾶλλον ἢ πρόσθεν εὑρήσεις ἀποβεβληκότα τὴν πικρότητα, κἂν εἰ τρίτον ἢ τέταρτον [397] εἰς ὕδωρ ἕτερον μεταβάλλοις, ἔτι μᾶλλον ἢ πρόσθεν, ὥστ' ἐν τῷ χρόνῳ πᾶσαν ἀποθέσθαι τὴν πικρότητα. κατὰ δὲ τὸν αὐτὸν τρόπον ὅσα δριμέα, καθάπερ σκόροδα καὶ κρόμμυα καὶ πράσα, τὸ μὲν ὕδωρ, ἐφ' ᾧπερ ἂν ἑψηθέντα τύχῃ, σαφῶς δριμὺ ἐργάζεται, τὴν δὲ αὐτῶν οὐσίαν ἧττον ἔχει δριμεῖαν· εἰ δ' ἄλλοτε εἰς ἄλλο μεταβάλλοις ὕδωρ αὐτὰ, παντάπασιν ἀποτίθεται τὴν δριμύτητα. καὶ μὴν καὶ τὰ μῆλα τὰ στρυφνὰ, μέσπιλά τε καὶ ἀχράδες, εἰς ὅσον ἂν ἕψωνται, γλυκύτερα μὲν αὐτὰ γίνεται, τὸ ἀφέψημα δὲ στρυφρὸν ἀπεργάζεται. τοὺς χυλοὺς δ' αὐτοὺς μόνους ἂν ἑψήσῃς, ἁλυκώτεροι μὲν τὸ πρῶτον, ὕστερον δὲ καὶ πικροὶ γίνονται. διὸ περὶ μὲν τῶν χυλῶν συγχωρητέον ἐστὶ τῷ τε Πραξαγόρᾳ καὶ τῷ Φιλοτίμῳ γινώσκουσιν, ὡς εἴρηται, περὶ δὲ τῶν στερεῶν σωμάτων ἔμπαλιν ἔχειν ἡγητέον. εἰ γὰρ, ὡς ὀλίγον ἔμπροσθεν εἶπον, ἐκ τοῦ πρώτου μεταβάλλοι τις εἰς δεύτερον ὕδωρ αὐτὰ, καὶ

dens rurfus (ut paulo ante dixi) decoxeris, magis etiam quam ante amarorem abjeciffe deprehendes. Quod fi tertio aut quarto in aliam aquam transfuderis, magis adhuc id accidet, quam prius, adeo ut tandem omnem prorfus amaritudinem deponat. Ad eundem modum quae acria funt, ut allium, caepa, porrum, aquam, in qua elixa fuerint, manifefte acrem efficiunt, fuum autem proprium corpus minus acre habent. Quod fi fubinde in aliam aquam transmutaris, omnem prorfus acrimoniam deponent. Quin etiam mala acerba, mefpila et pira fylveftria, quanto magis coquas, tanto dulciora ipfa efficias, ipfum vero decoctum acerbum efficitur: fi vero fuccos ipfos folos per fe coxeris, primum quidem falfiores, poftea autem amari etiam fiunt. Quamobrem, quod ad fuccos attinet, Praxagoram ac Philotimum recte fenfiffe (ut diximus) eft concedendum; de folidis vero corporibus res aliter habet, ac cenfuerunt. Nam fi, ut paulo ante diximus, ex prima aqua in fecundam ipfa trans-

μετ᾽ ἐκεῖνο πάλιν εἰς τρίτον, ἢ καὶ τέταρτον, ἀποβάλλοντα τελέως εὑρήσει τὸν ἐξ ἀρχῆς χυμὸν, ὡς γενομένοις ὑδατώδη τε καὶ ἄποια φαίνεσθαι· μὴ μεταβληθέντων δ᾽ εἰς ἕτερον, ἀναγκαῖόν ἐστιν ἁλυκώτερον μὲν πρῶτον, ὕστερον δὲ καὶ πικρὸν γενέσθαι τὸ ἀφέψημα. μάλιστα δὲ ὁ ζωμὸς ἐξηπατηκέναι μοι τοὺς περὶ τὸν Πραξαγόραν φαίνεται ἁλυκώτερος ἐν τῷ τῆς ἑψήσεως χρόνῳ γινόμενος, οὐκ ἐννοοῦντας, ὡς, ἁλῶν ἢ γάρου κατὰ τὴν ἐξ ἀρχῆς ἄρτυσιν ἐμβεβλημένων εἰς τὸ ὕδωρ, ἀναγκαῖόν ἐστι, προερχομένης τῆς ἑψήσεως, ἁλυκώτερον ἑαυτοῦ γίνεσθαι τὸν χυμὸν, ὥσπερ εἰ καὶ χωρὶς τοῦ ἕτερον ἐμβαλεῖν τι σῶμα βραχύτατον ἁλῶν ἀναμίξαις ὕδατι καθαρῷ τε καὶ γλυκυτάτῳ· καὶ γὰρ καὶ τοῦτο θερμαινόμενον ἁλυκώτερον γίνεται. καὶ τί θαυμαστόν; αὐτὸ γὰρ ἐπὶ πλέον ἑψόμενον ὕδωρ τὸ κάλλιστον ἁλυκὴν ἐν τῷ χρόνῳ ποιότητα προσλαμβάνει.

Κεφ. λγ΄. [Περὶ τῶν ὀστρακοδέρμων ζώων.] Ἐπειδὴ τὸ περιέχον ὅλον τὸ σῶμα καθάπερ ἀμφίεσμά τι σύμφυτον ἑκάστῳ καλεῖται δέρμα, κατ᾽ ἀναλογίαν δ᾽ αὐτῷ τὸ

feras, et poft illam rurfus in tertiam, aut etiam quartam, comperies, ea prorfus priorem fuccum depofuiffe, adeo ut deguftantibus aquea infipidaque appareant; quod fi aquam non mutes, primo quidem decoctum neceffario falfius apparebit, poftea vero amarum. Verum jus ipfum in primis Praxagoram fefelliffe videtur, quod per elixationem falfius redditur, non intelligentem, quod, fale aut garo ftatim initio conditurae in aquam injecto, neceffario procedente coctione fuccus falfior quam ante efficitur; quemadmodum etiam, fi, nulla alia re immiffa, purae ac dulciffimae aquae falis minimum permifceas; nam ea quoque fervefacta falfior redditur. Et quid mirum, quum ipfa aqua optima diutius decocta falfam qualitatem tandem affumat?

Cap. XXXIII. [De animalibus, quibus tefta pro cute eft.] Quum id, quod totum corpus ceu veftimentum quoddam cuique nativum ambit, cutis appelletur, eique buccina-

κατὰ τοὺς κήρυκάς ἐστι καὶ τὰς πορφύρας, ὄστρεά τε καὶ χήμας, ὅσα τ' ἄλλα τοιαῦτα, διὰ τοῦτο καλοῦσιν ὀστρακόδερμα ταῦτα τὰ ζῶα. σαφῶς οὖν ὀστράκῳ παραπλήσιον ἢ λίθῳ τὸ ἔξωθεν αὐτοῖς περικείμενον σκέπασμά ἐστι. κοινὸν μὲν οὖν ἁπάντων τῶν τοιούτων ἁλυκὸν χυμὸν ἔχειν ἐν τῇ σαρκὶ, λαπακτικὸν τῆς γαστρός· ἴδιον δ' ἑκάστῳ τὸ μᾶλλόν τε καὶ ἧττον ἐν τούτῳ κατά τε ποιότητα καὶ ποσότητα. τὰ μὲν γὰρ ὄστρεα μαλακωτάτην ἔχει τῶν ἄλλων ὀστρακοδέρμων τὴν σάρκα, τὰ δὲ σμικρὰ χημία καὶ οἱ σφόνδυλοι καὶ οἱ σωλῆνες καὶ αἱ πορφύραι καὶ οἱ κήρυκες, ὅσα τ' ἄλλα τοιαῦτ' ἐστὶ, σκληράν. εἰκότως οὖν ὑπάγει μὲν ἐκεῖνα τὴν γαστέρα μᾶλλον, ἥττονα τροφὴν διδόντα τῷ σώματι· τὰ δὲ σκληρότερα δυσπεπτότερα μέν ἐστι, τρέφει δὲ μᾶλλον. ἀλλὰ ταῦτα μὲν ἕψεται πάντα, τὰ δὲ ὄστρεα χωρὶς ἑψήσεως ἐσθίουσιν, ἔνιοι δὲ καὶ ταγηνίζουσιν. ὥσπερ δὲ δύσπεπτον ἔχει τὴν σάρκα τῶν ὀστρακοδέρμων ζώων, οὕτως καὶ δυσδιάφθαρτον· αἱρούμεθά τε καὶ διὰ τοῦτο διδόναι πολλάκις αὐτὰ

rum, purpurarum, oftreorum, hiatularum et aliorum id genus tegumentum proportione refpondeat, idcirco haec animalia oftracoderma appellant: tegumentum enim, quod extrinfecus ipfis eft circumdatum, teftae aut lapidi palam eft fimile. Omnibus porro ejusmodi eft commune, ut falfum in carne fuccum contineant, qui alvum fubducit; quod feorfum unicuique magis minusve ineft pro qualitatis ac quantitatis ratione. Siquidem oftrea inter alia teftacea carnem habent molliffimam; parvae autem hiatulae, vertebrae, ungues, purpurae, buccinae omniaque hujusmodi duram. Non abs re igitur oftrea quidem alvum valentius fubducunt, corpus autem imbecillius nutriunt; duriora vero difficilius quidem concoquuntur, fed magis nutriunt. Verum haec quidem omnia elixantur; oftrea vero citra elixationem mandunt; quidam autem etiam in fartagine frigunt. Quemadmodum autem ex teftaceis animalibus quae dura funt carnem ad coquendum, ita etiam ad corrumpendum habent difficilem; ob eamque caufam ea faepe iis exhibemus, qui-

τοῖς διαφθείρουσιν ἐν τῇ κοιλίᾳ τὴν τροφὴν ὑπὸ κακοχυμίας, ἤτοι γ᾽ ἐξ ἥπατος εἰς αὐτὴν καταῤῥεούσης, ἢ περιεχομένης ἐν τοῖς χιτῶσιν αὐτῆς. [398] ἔχει δὲ πάντα μὲν, ὡς εἶπον, ἁλυκὸν χυμὸν, ὑπακτικὸν τῆς γαστρὸς, ἥττονα μέντοι τῶν ὀστρέων τὰ σκληρόσαρκα. διὸ καὶ δίδομεν αὐτ᾽ τοῖς διαφθείρουσι τὴν τροφὴν, ἕψοντες δὶς καὶ τρὶς ἐν ὕδατι καλλίστῳ, μεταθέντες εἰς τὸ καθαρὸν, ὅταν ἤδη τὸ πρότερον ἁλμυρὸν φαίνηται. γίνεται δ᾽ ἐξ αὐτῶν ὁ καλούμενος ὠμὸς χυμὸς πάμπολυς, ἐκ δὲ τῶν μαλακοσάρκων τὸ φλέγμα. καθάπερ οὖν, ἀποθεμένων αὐτῶν τὸν ἁλυκὸν χυμὸν, ὥσπερ ἡ σὰρξ δύσφθαρτος, οὕτω καὶ σταλτικὴ γίνεται τῆς γαστρὸς, ὡσαύτως, εἰ ἀρτύσας δι᾽ ἁλῶν ἢ γάρου, καθάπερ εἰώθασι τὰς χήμας, ἐκπίοι τις τὸν γενόμενον χυλὸν, ὑπαχθήσεται μὲν ἡ γαστὴρ ἱκανῶς, οὐδεμίαν δὲ τροφὴν ἐξ αὐτοῦ τὸ σῶμα τοῦ ἀνθρώπου λήψεται.

Κεφ. λδ΄. [Περὶ τῶν μαλακοστράκων.] Ἀστακοὶ καὶ πάγουροι, καὶ καρκῖνοι τε καὶ κάραβοι, καὶ καρίδες καὶ καμμαρίδες, ὅσα τ᾽ ἄλλα, λεπτὸν ἔχει τὸ περιέχον ὄστρακον, ὅμοια δὲ τῇ σκληρότητι τοῖς ὀστρακοδέρμοις ἧττον μὲν ἐκεί-

bus cibi in ventriculo ob pravos ſuccos corrumpuntur, ſive ex jecore in eum confluant, ſive in ipſius tunicis contineantur. Habent autem omnia, ut diximus, ſuccum ſalſum, ventri dejiciendo idoneum, ſed minus quae dura carne ſunt, quam oſtrea: proinde cibum corrumpentibus ea exhibemus bis terve in optima aqua elixantes et, quum prior ſalſa jam apparuerit, in aliam puram transferentes. Gignitur autem ex ipſis ſuccus crudus, quem vocant, plurimus, ut ex iis, quae molli ſunt carne, pituita. Quemadmodum igitur, quum ſuccum ſalſum exuerint, caro ipſorum corruptu eſt difficilis et alvum ſiſtit, ita, ſi quis ipſa ſale aut garo condierit (quo modo hiatulas ſolent) et ſuccum ex ipſis genitum ebiberit, venter quidem ei abunde dejicietur, corpus tamen nihil ex eo ſumet alimenti.

Cap. XXXIV. [De cruſtatis.] Aſtaci, paguri, cancri, locuſtae, carides, gammari ac id genus alia tenui teſta concluduntur, duritieque teſtaceis ſunt ſimilia, ſed minus,

των ἔχει τὸν ἁλυκὸν χυμὸν, ἔχει δ᾽ οὖν ὅμως οὐκ ὀλίγον. ἔστι δὲ σκληρόσαρκα κατὰ πάντα, καὶ διὰ τοῦτο δύσπεπτά τε καὶ τρόφιμα, προεψηθέντα δηλονότι κατὰ τὸ πότιμον ὕδωρ. ἔστι δὲ καὶ τούτων ἡ σὰρξ, ὥσπερ καὶ τῶν ὀστρέων, ἐπισχετικὴ τῶν κατὰ τὴν γαστέρα, ὅταν ἐναπόθηται τῷ ὕδατι τὸν ἁλυκὸν χυμὸν, ὡς εἴρηται, προεψηθέντα. καὶ τοίνυν καὶ ταῦτα δύσφθαρτα τοῖς σκληροῖς τῶν ὀστρακοδέρμων ὡσαύτως ἐστί.

Κεφ. λε΄. [Περὶ μαλακίων.] Μαλάκια καλεῖται τὰ μήτε λεπίδας ἔχοντα, μήτε τραχὺ μήτε ὀστρακῶδες τὸ δέρμα, μαλακὸν δ᾽ οὕτως, ὡς ἀνθρώποις. ἔστι δὲ ταῦτα πολύποδές τε καὶ σηπίαι καὶ τευθίδες, ὅσα τ᾽ ἄλλα τούτοις ἔοικεν. ἁπτομένῳ μὲν οὖν μαλακὸν φαίνεται, διὰ τὸ μήτε λεπιδωτὸν ἔχειν, μήτε τραχὺ, μήτε ὀστρακῶδες τὸ σκέπασμα· σκληρόσαρκα δ᾽ ἐστὶ καὶ δύσπεπτα καὶ βραχὺν ἐν ἑαυτοῖς περιέχοντα τὸν ἁλυκὸν χυμόν. εἰ μέντοι πεφθείη, τροφὴν οὐκ ὀλίγην δίδωσι τῷ σώματι. πλεῖστον δ᾽ οὖν καὶ ταῦτα τὸν ὠμὸν ἐργάζεται χυμόν.

quam illa, falfi humoris continent, quanquam eum habent fatis multum. Dura in totum carne conftant; ideoque et ad coquendum funt difficilia et firmi alimenti, quum fcilicet in aqua potulenta cocta prius fuerint. Horum quoque caro, ut oftreorum, quum cocta prius, ut dictum eft, fuccum falfum in aqua depofuerit, alvum fiftit. Aegre etiam corrumpuntur, non fecus ac teftacea, quae duram habent carnem.

Cap. XXXV. [De mollibus.] Mollia vocantur, quae neque fquamas, neque afperam cutim aut teftaceam habent, fed mollem inftar humanae; cujus generis funt polypi, fepiae, loligines et alia, quae his funt fimilia. Haec certe, quoniam neque fquameum, neque afperum, neque teftaceum tegmen gerunt, mollia tangenti apparent, durae tamen funt carnis, et ad coquendum difficilia, exiguumque in fe fuccum falfum continentia. Si tamen concoquantur, alimentum non paucum corpori exhibebunt. Caeterum haec quoque fucci crudi plurimum gignunt.

Ed. Chart. VI. [398. 399.] Ed. Baf. IV. (348. 349.)

Κεφ. λϛʹ. [Περὶ σελαχίων.] Τραχὺ καὶ λαμπρὸν ἐν τῇ νυκτὶ τὸ δέρμα τῶν τοιούτων ἐστὶ ζώων· διὸ καί τινες ἀπὸ τοῦ σέλας ἔχειν ὠνομάσθαι φασὶν αὐτὰ σελάχια. μαλακὴν δ' ἐν αὐτοῖς ἔχει τὴν σάρκα νάρκη τε καὶ τρυγὼν, ὥσπερ οὖν καὶ ἡδεῖαν, ὑπιοῦσάν τε κατὰ γαστέρα μετρίως, καὶ πεπτομένην οὐ χαλεπῶς. ἀλλὰ καὶ τρέφει μετρίως, ὥσπερ γε καὶ τὰ ἄλλα πάν(349)τα τὰ μαλακόστρακα. κοινὸν δ' ἐν αὐτοῖς ἅπασίν ἐστι, πολυσαρκότερα τῶν μέσων μορίων τὰ κατὰ τὰς οὐρὰς εἶναι· μάλιστα δὲ τοῦθ' ὑπάρχει ταῖς νάρκαις. ἔοικε γάρ τοι τὰ μέσα τῶν ζώων τούτων οἷόνπερ χόνδρον τακερὸν ἐν αὐτοῖς ἔχειν. βάτοι δὲ καὶ λειόβατοι καὶ ῥῖναι, καὶ πάνθ' ὅσα τοιαῦτα, σκληρότερα καὶ δυσπεπτότερα καὶ τροφὴν πλείονα τῷ σώματι παρέχοντα νάρκης τε καὶ τρυγόνος ἐστί.

Κεφ. λζʹ. [399] [Περὶ τῶν κητωδῶν ζώων.] Εἴρηται μὲν ἤδη καὶ πρόσθεν ὑπὲρ τῶν ἐν τῇ θαλάττῃ κητωδῶν ζώων, ἐξ ὧν εἰσιν αἵ τε φῶκαι καὶ φάλαιναι, δελφῖνές τε καὶ ζύγαιναι καὶ τῶν θύννων οἱ μεγάλοι, καὶ πρὸς αὐτοῖς

Cap. XXXVI. [De cartilagineis.] Horum animalium cutis eſt aſpera ac noctu ſplendicans, ideoque nonnulli, quia ſplendorem habeant, *σελάχια* ipſa ajunt fuiſſe nominata. Inter ipſa autem torpedo et paſtinaca carnem habent mollem ac jucundam, ceu et mediocriter per ventrem ſubeuntem, nec concoctu difficilem. Nutriunt item mediocriter, ceu alia quoque omnia, quae teſta molli ſunt praedita. Cunctis porro id eſt commune, ut, quae partes ad caudam ſunt, mediis partibus ſint corpulentiores: id quod torpedinibus praecipue ineſt. Nam horum animalium partes mediae videntur in ſe ipſis habere velut cartilaginem quandam tabidam. Raja autem, leviraja, ſquatina, omniaque hujusmodi duriora ſunt, et concoctu difficiliora, alimentique copioſioris, quam torpedo et paſtinaca.

Cap. XXXVII. [De cetaceis animalibus.] Diximus quidem jam ante de cetaceis animalibus, quae marina ſunt; in quo numero ſunt phocae, balaenae, delphini et libellae, ac grandiores thunni, et praeter illa canes, quaeque his

οἱ κύνες, ὅσα τ' ἄλλα τοιαῦτα, καὶ νῦν δὲ αὐτῶν ἐν κεφαλαίῳ λεκτέον, ὡς ἅπαντα τὰ τοιαῦτα καὶ σκληρὰν καὶ κακόχυμον ἔχει καὶ περιττωματικὴν τὴν σάρκα. καὶ διὰ τοῦτο προταριχεύοντες αὐτὰ τοὐπίπαν εἰς χρῆσιν ἄγουσι, λεπτομερεστέραν ἐργαζόμενοι τὴν ἐξ αὐτῶν ἀναδιδομένην τροφὴν εἰς τὸ σῶμα, καὶ διὰ τοῦτο πεφθῆναί τε δυναμένην θᾶττον, αἱματωθῆναί τε μᾶλλον. ἡ γάρ τοι πρόσφατος, ὅταν μὴ πάνυ καλῶς πεφθῇ, πλεῖστον ἐν ταῖς φλεψὶν ἀθροίζει τὸν ὠμὸν χυμόν.

Κεφ. λη'. [Περὶ θαλασσίων ἐχίνων.] Καὶ δι' οἰνομέλιτος αὐτοὺς ἐσθίουσι καὶ διὰ γάρου γαστρὸς ὑπαγωγῆς ἕνεκεν· καὶ λοπάδας ἐξ αὐτῶν σκευάζουσιν, ἐπεμβάλλοντες ὠῶν τε καὶ πεπέρεως καὶ μέλιτος. ἔστι δὲ τῶν ὀλιγοτρόφων ἐδεσμάτων καὶ μέσων τῆς κατὰ τὸ λεπτύνειν καὶ παχύνειν χυμοὺς δυνάμεως.

Κεφ. λθ'. [Περὶ μέλιτος.] Ἡ τῶν τροφῶν ὕλη πᾶσα μέχρι δεῦρο διττοῖς γένεσι περιληφθεῖσα, τὸ μὲν ἕτερον αὐτῶν ἐκ φυτῶν εἶχε, τὸ δὲ ἕτερον ἐκ ζώων· ἑκατέρας δ'

ſunt ſimilia. Nunc autem de ipſis quoque in ſumma dicendum, quod omnia ejusmodi duram et pravi ſucci atque excrementitiam habent carnem; quapropter ſale prius condientes ipſis ut plurimum utuntur, alimentum, quod ex ipſis in corpus diſtribuitur, ea ſalitura tenuius efficientes, eoque coctioni et ſanguini faciendo accommodatius. Nam recens horum caro, ni valde probe concoquatur, crudorum ſuccorum copiam magnam in venis congerit.

Cap. XXXVIII. [De echinis marinis.] Ex mulſo eduntur hi et garo alvi ſubducendae gratia, paranturque in patinis, ovis, pipere melleque injectis. Imbecilli ſunt alimenti ac medii inter ea, quae humores extenuant ac denſant.

Cap. XXXIX. [De melle.] Omnis alimentorum materia hactenus duobus generibus eſt comprehenſa, quorum alterum quidem ipſorum a plantis, alterum vero ab

αὐτῶν ἀφώρισται τὸ μέλι. γίνεται μὲν γὰρ ἐπὶ τοῖς φύλλοις τῶν φυτῶν, ἔστι δὲ οὔτε χυλὸς αὐτῶν, οὔτε καρπὸς, οὔτε μόριον, ἀλλ᾽ ὁμογενὲς μὲν τοῖς δρόσοις, οὐ μὴν οὔτε συνεχῶς οὔθ᾽ ὁμοίως ἐκείναις γίνεται δαψιλές. οἶδα δέ ποτε θέρους ὥρᾳ πλεῖστον ὅσον ἐπὶ τοῖς τῶν δένδρων καὶ θάμνων καί τινων βοτανῶν φύλλοις εὑρεθὲν, ὡς ὑπὸ τῶν γεωργῶν λέγεσθαι παιζόντων, ὁ Ζεὺς ἔβρεξε μέλι. προηγεῖτο δὲ νὺξ μὲν εὔψυχρὴς, ὡς ἐν θέρει, (θέρους γὰρ ἦν ὥρα τηνικαῦτα,) θερμὴ δὲ καὶ ξηρὰ κρᾶσις ἀέρος ἐπὶ τῆς προτεραίας. ἐδόκει τοίνυν τοῖς δεινοῖς περὶ φύσιν ἐκ τῆς γῆς τε καὶ τῶν ὑδάτων ἀτμὸν ἀκριβῶς λεπτυνθέντα καὶ πεφθέντα πρὸς τῆς ἡλιακῆς θερμότητος, ὑπὸ τῆς ἐπιγενομένης ἐπὶ τῆς νυκτὸς ψύξεως ἀθροισθῆναι πιληθέντα. παρ᾽ ἡμῖν μὲν οὖν σπανίως φαίνεται τοῦτο γινόμενον, ἐν δὲ τῷ ὄρει τῷ Λιβάνῳ καθ᾽ ἕκαστον ἔτος οὐκ ὀλίγον. ὥστε ἐκπεταννύντες ἐπὶ γῆς δέρματα καὶ σείοντες τὰ δένδρα δέχονται τὸ ἀποῤῥέον ἀπ᾽ αὐτῶν καὶ χύτρας καὶ κεράμια πληροῦσι τοῦ μέλιτος. ὀνομάζουσι δ᾽ αὐτὸ δροσόμελί τε καὶ ἀερόμελι. πρόδηλος μὲν οὖν

animalibus fumebatur; ab utroque vero ipforum mel eft fecretum; oritur enim in plantarum foliis; eft autem neque fuccus earum, neque fructus, neque pars, fed ejusdem eft cum rore generis; non tamen affidue nec copiofe, ut ille, provenit. Memini aliquando, quum aeftate fuper arborum ac fruticum herbarumque folia mel quam plurimum fuiffet repertum, agricolas velut ludentes cecinifle, *Iuppiter melle pluit.* Praeceſſerat autem nox, ut per aeftatem, bene frigida, (nam tum tempus anni aeftivum erat,) pridieque calida et ficca fuerat aëris temperies. Peritis quidem naturae interpretibus videbatur halitus e terra et aquis a folis calore fublatos ac deinde exacte tenuatos ac coctos a frigore fequutae noctis concretos coaluiffe. Apud nos vero raro id accidit, in monte autem Libano quotannis perfaepe. Itaque coria fuper terram extendentes et arbores excutientes, quod ab eis defluit, excipiunt, et ollas ac fictilia melle implent, vocantque id mel rofcidum et aërium. Proinde con-

ἡ ὕλη τῇ γενέσει τοῦ μέλιτος ὁμογενής τις οὖσα ταῖς δρόσοις, εἰς ἀρετὴν δὲ καὶ κακίαν αὐτῷ φαίνεταί τι προσέρχεσθαι παρὰ τῶν φυτῶν, ἐφ᾽ ὧν τοῖς φύλλοις ἀθροίζεται. καὶ διὰ τοῦτο γίνεται κάλλιστον, ἔνθα πλεῖστοι θύμοι καί τινες ἄλλαι θερμαὶ καὶ ξηραὶ τῇ κράσει βοτάναι τε καὶ θάμνοι. λεπτομερέστερον τοιγαροῦν ἐστι μέλι τὸ γεννώμενον ἐν τοῖς τοιούτοις φυτοῖς, καὶ διὰ τοῦτο ῥαδίως ἐκχολοῦται κατὰ τὰ θερμὰ σώματα· τοῖς ψυχροῖς δ᾽ ἐπιτηδειότατόν ἐστιν, εἴτε δι᾽ ἡλικίαν, εἴτε διὰ νόσον, εἴτε φύσει τοιαῦθ᾽ ὑπάρχει. [400] ταῦτα τοίνυν ὑπ᾽ αὐτοῦ τρέφεσθαι πέφυκεν αἱματωθέντος, ὡς ἐγγὺς τοῖς θερμοῖς ἐκχολοῦσθαι φθάνει, πρὶν αἱματωθῆναι. λεπτομερὲς δ᾽ ὑπάρχον ἐξ ἀνάγκης ἔχει τι καὶ δριμύ· διὸ πρὸς ἔκκρισιν ἐπεγείρει τὴν γαστέρα. τοῦτ᾽ οὖν ἀφαιροῦντες αὐτῷ, πρὸς ἀνάδοσίν τε καὶ πέψιν ἐπιτηδειότερον ἐργαζόμεθα. καλλίστη δ᾽ ἀφαίρεσις γίνεται, μιχθέντος πρῶτον ὕδατι πολλῷ, μετὰ τοῦτο δ᾽ ἑψηθέντος, ἄχρι περ ἂν ἀφρίζον παύσηται. προσήκει δ᾽ αἴρειν ἀπ᾽ αὐτοῦ συνεχῶς δηλονότι τὸν ἀφρὸν εὐθὺς ἅμα τῷ γενέσθαι. διὰ γάρ τοι

ſtat, materiam, ex qua mel generatur, rori eſſe congenerem. Videtur autem et ex plantis, in quarum foliis colligitur, boni malive quidpiam ipſi accedere; ideoque laudatiſſimum in locis mel gignitur, in quibus thymus et aliae quaedam herbae ac frutices temperamento calidae et ſiccae affatim proveniunt; tenuiorum enim eſt partium id mel, quod in hujusmodi plantis generatur; ideoque in calidis corporibus prompte in bilem vertitur; frigidis vero, ſive per aetatem, ſive per morbum, ſive natura talia fuerint, eſt accommodatiſſimum; ob id in ſanguinem mutatum nutrire ipſa poteſt; in calidis vero prius in bilem quam in ſanguinem mutatur. Quum autem tenuium ſit partium, acrimoniae quiddam habeat eſt neceſſe, qua alvum ad excretionem proritet; quam certe adimentes ipſum efficimus ad diſtributionem et coctionem accommodatius. Commodiſſime autem ipſam adimemus, ſi primum multum illi aquae admiſcuerimus, ac deinde tantiſper coxerimus, quoad ſpumare deſinat; oportet autem ſpumam ſtatim, ut emerſerit, continenter ab ipſo tollere;

τῆς τοιαύτης παρασκευῆς ἀποθέμενον τὴν δριμύτητα καὶ μηκέτ' ἐρεθίζον εἰς ἔκκρισιν τὴν κοιλίαν ἀναδίδοται οὐ βραδέως. τὸ δ' ἐπ' ὀλίγον ἢ οὐδ' ὅλως ἑψηθὲν μελίκρατον ὑπέρχεσθαι φθάνει πρὸ τοῦ πεφθῆναι, ἀναδοθῆναί τε καὶ θρέψαι τὸ σῶμα. διαφορὰ δ' αὐτοῖς ἐστι κἀν τῷ φῦσαν μέν τινα γεννᾷν ἐν τῇ κοιλίᾳ καὶ τοῖς ἐντέροις τὸ μὴ τελέως ἑψηθὲν, ἄφυσον δὲ καὶ διουρητικὸν γίνεσθαι τὸ κατὰ τὴν ἕψησιν ἀποθέμενον ἅπαντα τὸν ἀφρόν. εἰ δὲ χωρὶς ὕδατος μίξεως ἐκλείχοι τις τὸ μέλι μόνον, ἧττον μὲν τρέφει, μᾶλλον δ' ὑπάγει τὰ κατὰ τὴν γαστέρα. πλέον δ' εἴ τις αὐτοῦ προσενέγκοι, τὴν ἄνω κοιλίαν εἴωθεν εἰς ἔμετον ἐξορμᾷν. ἑψηθὲν δὲ χωρὶς ὕδατος, οὔτ' ἐμετικόν ἐστιν ὁμοίως, οὔθ' ὑπακτικὸν τῶν κατὰ τὴν κοιλίαν, ἀλλ' ἀναδίδοταί τε καὶ τρέφει μᾶλλον· οὖρα δ' ἧττον κινεῖ τοῦτο τοῦ μεθ' ὕδατος ἑψηθέντος. οὐ μὴν οὐδ' ὁπότε τρέφει, τροφὴν ἀξιόλογον δίδωσι τῷ σώματι, ὥστε τισὶν ἔδοξεν οὐδὲ τρέφειν ὅλως. ἀλλὰ πρὸς μὲν τούτους αὐτάρκως εἴρηται διὰ τοῦ τρίτου τῶν εἰς τὸ περὶ διαίτης ὀξέων νοσημάτων Ἱπποκράτους ὑπο-

quum enim hac parandi ratione acrimoniam depoſuerit, neque amplius alvum ad excretionem irritabit, haud cunctanter in corpus diſtribuetur. Melicratum vero, quod paulifper aut nihil omnino coctum fuerit, prius dejicitur, quam concoqui et in corpus diſtribui et nutrire poſſit. Praeterea in eo differunt, quod mel non plene coctum in ventriculo atque inteſtinis flatus quosdam gignat; contra, quod in decoctione ſpumam omnem abjecerit, flatus eſt expers et urinam movet. Quod ſi quis citra aquae admixtionem mel ſolum delingat, nutriet quidem infirmius, ſed alvum promptius dejiciet. Largius vero ſumptum ventrem ſuperiorem ad vomitum ſolet concitare. Elixum autem ſine aqua, neque vomitum ſimiliter movet, neque alvum ſubducit. verum diſtribuitur et nutrit magis; urinam autem minus eo, quod cum aqua eſt elixum, ciet; quanquam ne tum quidem, quum nutrit, alimenti multum corpori exhibet; adeo ut non defuerint, quibus nihil prorſus alere videretur; qui abunde confutantur in tertio de victus ratione in morbis

μνήματος, ὅ τινὲς μὲν ἐπιγράφουσι πρὸς τὰς Κνιδίας γνώμας, ἔνιοι δὲ περὶ πτισάνης, ἁμαρτάνοντες ἀμφότεροι, καθότι δέδεικται διὰ τῶν εἰς αὐτὰ γεγονότων ἡμῖν ὑπομνημάτων. ἐν δὲ τῷ παρόντι λόγῳ τοσαῦτ᾽ εἰπεῖν ὑπὲρ αὐτοῦ βέλτιον ἦν, ὅσα λέλεκται. κεφάλαιον δ᾽ αὐτῶν ἐστιν, γέρουσι μὲν καὶ ὅλως ψυχραῖς τοῦ σώματος κράσεσιν ἐπιτήδειον εἶναι, τοῖς δ᾽ ἀκμάζουσι καὶ θερμοῖς ἐκχολοῦσθαι, τροφὴν δ᾽ ὀλίγην ἡμῖν ἐξ αὐτοῦ γίνεσθαι, μὴ φθάσαντος εἰς χολὴν μεταβαλεῖν, ὡς, εἴγ᾽ αὐτῷ τοῦτο συμβαίη, τρέφειν οὐδ᾽ ὅλως τηνικαῦτα δύνασθαι. πρόδηλον δὲ, ὅτι τὴν ὠχρὰν καὶ ξανθὴν χολὴν ὑπ᾽ αὐτοῦ γεννᾶσθαι λέγομεν, οὐ τὴν μέλαιναν. εἴρηται γὰρ ἤδη πολλάκις ἐν πολλοῖς, ἔθος εἶναι τοῖς ἰατροῖς τὴν τοιαύτην χολὴν ἁπλῶς ὀνομάζειν ἄνευ τῆς κατὰ τὴν χρόαν προσθήκης, τὰς δ᾽ ἄλλας ἁπάσας σὺν τῷ τῆς χρόας ἑρμηνεύειν ὀνόματι. φαίνονται δὲ κενούμεναι πλὴν τῆς πρασιζούσης αἱ ἄλλαι πᾶσαι, χαλεπῶς νοσοῦντος τοῦ σώματος· ἡ ξανθὴ δὲ καὶ ὠχρὰ καὶ πρασοειδὴς καὶ χωρὶς νοσημάτων ἐμεῖταί τε καὶ διαχωρεῖται πολλάκις.

acutis, qui Hippocratis eft liber, a nonnullis quidem contra Cnidias fententias infcriptus, ab aliis de ptifana, utrisque in hoc delinquentibus, ut in commentariis in eum librum fcriptis oftendimus. In praefentia vero fatius erat ea de melle dixiffe, quae diximus, quorum fumma eft, fenibus quidem ac in univerfum frigidi temperamenti corporibus mel effe accommodum, aetate autem florentibus et calidis in bilem verti, praeterea exiguum nobis alimentum ex ipfo accedere, nifi verti in bilem occupet; quod fi ei id accidat, tunc nihil prorfus nutrire poffe. Clarum autem eft, quod pallidam et flavam bilem ex eo gigni dicimus, non atram. Diximus enim jam faepenumero, medicos folere bilem ejusmodi fimpliciter citra coloris adjectionem nominare, reliquas vero biles omnes cum coloris fui nomine explicare. Alias autem omnes, porracea excepta, quum corpus graviter aegrotat, excerni videmus; flava vero et pallida et porracea etiam fine morbis evomuntur faepenumero ac dejiciuntur.

Κεφ. μ'. [Περὶ οἴνου.] Ὅτι μὲν ἐκ τῶν τρεφόντων ἐστὶν ὁ οἶνος, ἅπαντες ὁμολογοῦσι· καὶ εἴγε τὸ τρέφον ἅπαν τροφή ἐστι, ῥητέος ἂν εἴη ἐκ τοῦ γένους τῶν τροφῶν καὶ ὁ οἶνος. ἀλλ' ἔνιοί γε τῶν ἰατρῶν οὔ φασι δεῖν ὀνομάζειν τροφὴν αὐτόν· ἀντιδιαιρεῖσθαι γοῦν κατὰ τοὺς λόγους τῇ τροφῇ τὸ ποτὸν, ὅπερ καὶ πόμα προσαγορεύεται, καθάπερ γε καὶ ἡ τροφὴ σιτίον τε (350) καὶ ἐδεστὸν ἔδεσμα. τροφὴν μὲν οὖν διὰ ταῦτα καλεῖν οὐκ ἀξιοῦσι τὸν οἶνον, ὁμολογοῦσι μὴν τρέ[401]φειν αὐτὸν, οὗ νῦν εἰς τὰ παρόντα δεόμεθα. καὶ εἴπερ καὶ ἄλλας τινὰς ὕλας τρέφειν μὲν συνεχώρουν, ἐκώλυον δὲ τροφὰς ὀνομάζειν, τὴν ἁπασῶν αὐτῶν διδασκαλίαν εἰς ἕνα λόγον συλλέγοιμεν ἄν· ὅταν δὲ οὐκ ἐθέλωσιν τὸν μόνον οἶνον ὀνομάζειν τροφὴν, καίτοι τρέφοντα, συγχωρήσουσιν ἡμῖν, τῷ περὶ τῶν τροφῶν λόγῳ βραχὺν ὄντα τὸν περὶ τῶν οἴνων προσθεῖναι. ἃς γὰρ Ἱπποκράτης δυνάμεις εἶπεν ἐν τῷ περὶ διαίτης ὀξέων, οὐχ ὡς τροφῆς εἰσιν, ἀλλ' ὡς φαρμάκου μᾶλλον. ἐκείνας μὲν οὖν ἐν τῷ τρίτῳ τῶν εἰς ἐκεῖνο τὸ βιβλίον ὑπομνημάτων ἐξηγήμεθα, κἂν τῇ

Cap. XL. [De vino.] Vinum quidem ex eorum esse numero, quae nostrum corpus alunt, omnes fatentur: modo si, quicquid alit, cibus sit, vinum etiam in genere ciborum est ponendum. Quidam tamen medici negant id cibum esse appellandum, quod potus in sermone quotidiano cibo sit oppositus, qui potio etiam appellatur, ut cibus esca et edulium; ob eamque causam vinum nolunt vocare alimentum, quanquam alere ipsum non diffiteantur, quod unum in praesentia requirimus. Quod si alias quasdam materias alere quidem concederent, alimenta tamen nominare vetarent, omnium earum doctrinam in unum volumen conferremus; quum autem solum vinum nolint appellare alimentum, tametsi ipsum nutriat, permittant nobis tractatui de alimentis brevem de vino sermonem adjungere; quas enim vires Hippocrates in libro de victus ratione in morbis acutis enumerat, non ut alimenti sunt, sed magis ut medicamenti. Illas quidem igitur et in tertio commentariorum in illum librum et in methodo medendi ac sanitatis tuendae

τῆς θεραπευτικῆς μεθόδου πραγματεία καὶ τῇ τῶν ὑγιεινῶν· ἐν δὲ τῷ νῦν ἐνεστῶτι λόγῳ τὰς ἐν τῷ τρέφειν αὐτοῦ διαφορὰς ἐροῦμεν, ἐντεῦθεν ἀρξάμενοι. ἁπάντων οὖν τῶν οἴνων οἱ ἐρυθροί τε ἅμα καὶ παχεῖς εἰς αἵματος γένεσιν ἐπιτηδειότατοι, βραχυτάτης δεόμενοι τῆς εἰς αὐτὸ μεταβολῆς, ἐφεξῆς δὲ αὐτῶν οἱ μέλανές τε καὶ γλυκεῖς καὶ παχεῖς, εἶθ' οἱ κατὰ τὴν χρόαν ἐρυθροὶ καὶ μέλανες, ἐν δὲ τῇ συστάσει παχεῖς, ἔχοντες ἅμα τούτοις τι καὶ στυφούσης ποιότητος. τούτων δὲ ἧττον οἱ λευκοί τε ἅμα καὶ παχεῖς καὶ στρυφνοὶ τρέφειν πεφύκασιν. ἁπάντων δ' ἥκιστα τρέφουσιν οἱ λευκοὶ μὲν τῇ χρόᾳ, λεπτοὶ δὲ τῇ συστάσει, παραπλήσιοί πως ὄντες ὕδασι τοῖς εἰς τὸ καλούμενον ὑδρόμελι ἐπιτηδείοις. ὅτι μὲν οὖν οἱ παχεῖς οἶνοι τροφιμώτεροι τῶν λεπτῶν εἰσιν, ἥ τε φύσις αὐτῶν ἐνδείκνυται καὶ ἡ πεῖρα μαρτυρεῖ. πέττονται δὲ κατὰ τὴν γαστέρα καὶ ἀναδίδονται μᾶλλον οἱ γλυκεῖς τῶν αὐστηρῶν, ὡς ἂν καὶ θερμότεροι ὄντες τὴν δύναμιν. οἱ δὲ παχεῖς πάνυ πέττονται μὲν βραδύτερον, ὥσπερ γε καὶ ἀναδίδονται, γαστρὸς δ' ἰσχυροτέρας ἐπιτυχόντες, ὡς πεφθῆναι

libris expofuimus; in praefentia vero ipfius differentias in alendo fumus tradituri, fumpto hinc initio. Vinorum omnium rubra fimul et craffa fanguini generando funt accommodatiffima, ut quae minima egeant mutatione, ut fanguis fiant. Poft ipfa funt nigra craffaque et dulcia; tum quae colore quidem rubra funt et nigra, confiftentia autem craffa una cum adftringendi qualitate. His autem minus fua natura alunt, quae alba funt fimul ac craffa et acerba. Omnium autem minimum nutriunt, quae colore quidem funt alba, confiftentia autem tenuia et aquis hydromeliti faciendo appofitis quodammodo fimilia. Quod vero vina craffa magis quam tenuia alant, declarat ipforum natura; praeterea experientia id ipfum comprobat. Dulcia vero conficiuntur in ventriculo ac diftribuuntur facilius, quam auftera, ut quae facultate funt calidiora. Quae autem admodum funt craffa, tardius quidem perficiuntur ac diftribuuntur; fi tamen in ventriculum adeo robuftum incidant, ut confici recte ab eo

καλῶς, πλέονα τροφὴν διδόασι τῷ σώματι. πρόδηλον δ', ὅτι, καθάπερ εἰς τὸ τρέφειν εἰσὶ βελτίους τῶν λεπτοτέρων, οὕτως εἰς οὔρησιν χείρους.

Κεφ. μα'. [Περὶ τῶν ταριχευομένων, ἐν τῷ πρόσθεν λόγῳ ἀναβληθέντων.] Ἀνεβαλόμην ἐρεῖν ἐπὶ τῇ τελευτῇ τοῦ λόγου περὶ τῶν ταριχευομένων καὶ τῶν μέσων ἐδεσμάτων. ὅπως οὖν μηδὲ ταῦτα λείποι, καιρὸς ἤδη διελθεῖν ἑκατέρων τὰς δυνάμεις. ἐπιτήδεια πρὸς ταριχείαν ἐστὶ σώματα ζώων, ὅσα σκληράς τε ἅμα καὶ περιττωματικὰς ἔχει τὰς σάρκας. ὀνομάζω δὲ περιττωματικὰς, ὡς κἂν τῷ πρόσθεν λόγῳ, τὰς ἐχούσας ἐν ἑαυταῖς ὑγρότητα παρεσπαρμένην φλεγματικωτέραν· καὶ ὅσῳ μὲν ἥδε πλείων ᾖ καὶ παχυτέρα, τοσῷδε μᾶλλον ἀμείνων ἡ σὰρξ γίνεται ταριχευομένη. τὰ δ' ἤτοι πάνυ μαλακὴν, ἢ πάνυ ξηρὰν καὶ ἀπέριττον ἔχοντα τὴν ἕξιν τοῦ σώματος οὐκ ἐπιτήδεια ταριχεύεσθαι. δύναμις γάρ ἐστι τῶν ἁλῶν, ὡς ἐν τῇ τῶν ἁπλῶν φαρμάκων πραγματείᾳ δέδεικται, σύνθετος ἔκ τε τοῦ διαφορεῖν τὰς περιττὰς ὑγρότητας, οἷς ἂν ὁμιλῇ σώμασι, καὶ λεπτύνειν αὐτὰ, καὶ συνάγειν εἰς ἑαυτὰ,

poſſint, alimentum copioſius corpori exhibebunt. Conſtat praeterea, quod, quemadmodum haec corpori alendo tenuioribus ſunt praeſtantiora, ita ad urinam ciendam ſunt deteriora.

Cap. XLI. [De cibis ſale conditis, in ſuperiore libro praetermiſſis.] De cibis ſale conditis et mediis ad finem operis ſcribere diſtulimus. Ne haec igitur deſiderentur, tempeſtivum jam fuerit utrorumque vires explicare. Animalium corpora, quorum carnes durae ſimul ſunt ac excrementitiae, ad ſaliendum ſunt accommoda; voco autem excrementitias (ut ſuperiori ſermone), quae per totas ſeſe diffuſum habent humorem pituitoſiorem; qui quanto copioſior fuerit ac craſſior, tanto caro, ſi ſaliatur, melior evadet. Quae vero aut admodum mollem, aut valde ſiccum et minime excrementoſum habent corporis habitum, ad ſaliendum ſunt inepta. Salis namque facultas (ut in opere de ſimplicibus medicamentis demonſtravimus) eſt compoſita; nam corporum, quibus admovetur, humores ſuperfluos tenuiat ac digerit, et praeterea corpora ipſa cogit in ſeſe ac condenſat,

τοῦ τῶν νίτρων ἀφροῦ καὶ τοῦ τῶν χαύνων ἀφρονίτρων τὸ μὲν λεπτύνειν καὶ διαφορεῖν ἐχόντων, τὸ δὲ συνάγειν ἢ σφίγγειν οὐκ ἐχόντων. ὅσα τοίνυν ἐστὶ φύσει ξηρὰ σώματα, διαπαττόμενα τοῖς ἁλσὶν ἄβρωτα γίνεται σκελετευόμενα· καί τις ἐπιχειρήσας ταριχεῦσαι λαγωὸν, ὅμοιον εἰργάσατο ταῖς σκελετευθείσαις γαλαῖς. αἱ δὲ τῶν ἀκμαζόντων τε καὶ πιόνων ὑῶν σάρκες ἐπιτήδειοι ταριχεύεσθαι, τὴν ἀτοπίαν ἑκατέραν ἐκπεφευγυῖαι, ξηρότητα μὲν τῶν γεγηρακότων, ὑγρότητα δ' ἄμετρον τῶν νέων χοίρων. [402] ὥσπερ γὰρ τὰ ξηρὰ σώματα βύρσαις ὅμοια γίνεται ταριχευθέντα, κατὰ τὸν ἐναντίον τρόπον, ὅσα λίαν ὑγρὰ διαῤῥεῖ, κατατήκεται τοῖς ἁλσὶν ὁμιλοῦντα. διὰ τοῦτ' οὖν οὐδὲ τῶν ἰχθύων ὅσοι μαλακόσαρκοί εἰσι καὶ ἀπέριττοι, καθάπερ οἱ πετραῖοι καλούμενοι καὶ τῶν ὀνίσκων οἱ ἐκ καθαρᾶς θαλάττης, εἰς ταριχείαν εἰσὶν ἐπιτήδειοι. κορακῖνοι δὲ καὶ μύλοι καὶ πηλαμίδες, ἔτι τε σάρδαι καὶ σαρδῆναι, καὶ τὰ σαξάτινα καλούμενα καὶ ταρίχη πρὸς ταριχείαν εἰσὶν ἐπιτήδεια. καὶ τὰ κητώδη δὲ τῶν θαλαττίων ζώων ταριχευόμενα βελτίω γίνονται, περιττωματικὴν ἔχοντα καὶ ταῦτα τὴν σάρκα. μοχθη-

quum nitri fpuma et laxum aphronitrum tenuare quidem et difcutere poffint, cogere vero et condenfare non poffint. Corpora igitur, quae natura funt ficca, falis confperfu exarefacta cibo fiunt inepta. Quidam autem leporem falire aggreffus muftelis exiccatis fimilem reddidit. Suum vero obeforum ac aetate florentium carnes ad faliendum funt appofitae, ut quae utriusque exceffus fint expertes, annoforum videlicet ficcitatis et novellorum porcellorum immodicae humiditatis. Quemadmodum enim corpora ficca falita coriis evadunt fimilia, fic contra, quae immodica humiditate diffluunt, falis commercio liquantur. Ob eam caufam nec pifces mollis carnis et excrementis vacui, ut quos faxatiles vocant, et afelli, qui in puro mari degunt, ad faliendum funt accommodi. Graculi vero et pelamides et myli, fardae et fardenae, quaeque faxatina vocant et falfamenta, ad faliendum funt appofiti; praeterea ex marinis belluis cetacea falita evadunt meliora; habent enim et ipfa carnem excre-

ραὶ δὲ τρίγλαι πρὸς ταριχείαν εἰσὶ διὰ τὸ ξηρὰν καὶ ἀπέριττον ἔχειν τὴν σάρκα. πρόδηλον δ' ἐκ τούτων, ὅσα μὲν σκληρὰ καὶ νευρώδη καὶ οἱονεὶ δερματώδη τε καὶ βυρσώδη γίνεται, ταριχευθέντα δύσπεπτα πάνυ εἶναι· τὰ δ' ἐναντίως διατιθέμενα λεπτομερῆ μὲν αὐτὰ γίνονται, λεπτύνει δ' ἐσθιόμενα τοὺς παχεῖς καὶ κολλώδεις χυμούς. ἄριστα δ' ἐστὶ τῶν εἰς ἐμὴν πεῖραν ἐλθόντων τά τε Σαρδικὰ, πρὸς τῶν ἔμπροσθεν ἰατρῶν ὀνομαζόμενα ταρίχη, Σάρδας δ' αὐτὰς οἱ νῦν καλοῦσιν, οἵ τε ἐκ τοῦ Πόντου κομιζόμενοι μύλοι. δευτέραν δ' ἐπ' αὐτοῖς ἔχουσι τάξιν οἵ τε κορακῖνοι καὶ αἱ πηλαμίδες καὶ τὰ σαξάτινα καλούμενα.

Κεφ. μβ'. [Περὶ τῶν μέσων ἐδεσμάτων.] Καθ' ἑκάστην διαφορὰν ὧν εἶπον ὑπάρχειν ἐν ταῖς τροφαῖς, ἔστι τινὰ μέσα. καὶ γὰρ τῶν σκληροσάρκων καὶ μαλακοσάρκων εὕροις ἄν τι μέσον, ὡς μήθ' ἁπαλόσαρκον ἔτι, μήτε σκληρόσαρκον εἶναι, καὶ τῶν λεπτυνόντων τε καὶ παχυνόντων, ἢ θερμαινόντων ἢ ψυχόντων, ἢ ξηραινόντων ἢ ὑγραινόντων.

mentofam. Muli vero, quod ficca eorum caro fit, et ab excrementis pura, non funt ad faliendum accommodi. Ex his autem perfpicuum eft, ea ad coquendum effe difficillima, quae fale condita dura evadunt ac nervofa et veluti cutacea ac coriacea; quae vero contra habent, tenuia quidem ipfa redduntur, manfa autem humores craffos ac glutinofos tenuant. Praeftantiffima autem omnium, quae mihi experientia cognofcere licuit, funt, quae a veteribus medicis Sardica falfamenta nuncupantur, hodie Sardas vocant, et myli, qui ex Ponto advehuntur; fecundum autem poft illa locum habent graculi et pelamides, et quae faxatina appellant.

Cap. XLII. [De medijs eduliis.] In fingulis differentiis eorum, quae alimentis ineffe diximus, quaedam funt media. Etenim inter ea, quae molli funt carne et quae dura, medium quiddam reperias, quod nec molli, nec dura fit carne; fimiliter inter tenuantia et incraffantia, calefacientia et refrigerantia, ficcantia et humectantia. Atque animalibus

ἐπιτήδεια δ᾽ ἐσθίεσθαι τοῖς μὲν ἄμεμπτον φυλάττουσι τὴν φυσικὴν κρᾶσιν ζώοις, ὅσα ταῖς φύσεσιν αὐτῶν ἐστιν ὅμοια, τοῖς δὲ μοχθηρὰν ἢ ἐξ ἀρχῆς ἔχουσιν, ἢ ὕστερον ἐπικτησαμένοις, οὐχ ἡ τῶν ὁμοίων ἑαυτοῖς, ἀλλ᾽ ἡ τῶν ἐναντίων ἐδωδὴ χρήσιμος. ὑπὸ μὲν γὰρ τῶν ὁμοίων φυλάττεται τὸ κατὰ φύσιν ἀμέμπτως ἔχον, ὑπὸ δὲ τῶν ἐναντίων εἰς τὴν οἰκείαν κρᾶσιν ἄγεται τὰ μοχθηρῶς κεκραμένα. τοιγαροῦν ἴδιον ἑκάστῃ φύσει ζώου γενήσεται τὸ μέσον, οἷον ἀνθρώπῳ μὲν τοιόνδε, κυνὶ δὲ τοιόνδε, καὶ τῶν ἄλλων δὲ ἑκάστῳ, καὶ κατὰ μέρος ἀνθρώπῳ τόδε κατὰ τήνδε τὴν ἡλικίαν καὶ τήνδε, καὶ προσέτι κατὰ τὰς τῶν ἐπιτηδευμάτων διαφορὰς, ἐθῶν τε καὶ χωρίων, ἐν οἷς ἐκ πολλοῦ διατρίβουσι.

naturalem temperiem inculpatam quidem fervantibus fimilia fuis naturis cibaria conveniunt; iis vero, quae pravam temperiem aut ab initio funt fortita, aut poft acquifiverunt, non fimilium fibi ipfis efus, fed contrariorum eft utilis. Servatur enim fimilibus, quod probe fecundum naturam eft temperatum, quemadmodum, quod male eft temperatum, a contrariis ad proprium temperamentum adducitur. Itaque fingulae animalium naturae fuum proprium medium habebunt, ut homo quidem tale, canis autem tale, atque ita in aliis omnibus: praeterea huic homini figillatim tale fecundum hanc et illam aetatem, ad haec etiam fecundum vitae conditionum atque inftitutorum et regionum, in quibus jamdiu habitant, differentias.

ΓΑΛΗΝΟΥ ΠΕΡΙ ΕΥΧΥΜΙΑΣ ΚΑΙ ΚΑΚΟΧΥΜΙΑΣ ΤΡΟΦΩΝ.

Ed. Chart. VI. [417.] Ed. Baſ. IV. (351.)

Κεφ. α'. Οἱ συνεχῶς ἐτῶν οὐκ ὀλίγων ἐφεξῆς γενόμενοι λιμοὶ κατὰ πολλὰ τῶν Ῥωμαίοις ὑπακουόντων ἐθνῶν ἐναργῶς ἐπεδείξαντο τοῖς γε μὴ παντάπασιν ἀνοήτοις, ἡλίκην ἔχει κακοχυμία δύναμιν εἰς νόσων γένεσιν. οἱ μὲν γὰρ τὰς πόλεις οἰκοῦντες, ὥσπερ ἦν ἔθος αὐτοῖς παρασκευάζεσθαι κατὰ τὸ θέρος εὐθέως σῖτον αὐτάρκη πρὸς ὅλον τὸν ἐφεξῆς ἐνιαυτὸν, ἐκ τῶν ἀγρῶν πάντα τὸν πυρὸν αἴροντες ἅμα ταῖς κριθαῖς τε καὶ τοῖς κυάμοις καὶ φακοῖς, ἀπέλιπον τοῖς ἀγροί-

GALENI DE PROBIS PRAVISQVE ALIMENTORVM SVCCIS LIBER.

Cap. I. Continua non paucos annos ſerie graſſata fames apud multas gentes Romanis ſubditas manifeſte declaravit haud prorſus mente captis, quantum facultatis habeat ſucci pravitas ad morborum procreationem. Qui namque civitates habitant, ut mos erat ipſis quamprimum aeſtate frumentum parare, quod ad totum ſubſequentem annum ſuppeteret, ex agris omne frumentum una cum hordeis, fabis ac lentibus capientes, caeteros fructus Cereales (quos legu-

κοις τοὺς ἄλλους Δημητρίους καρποὺς, οὓς ὀνομάζουσιν ὄσπριά τε καὶ χέδροπα, μετὰ τοῦ καὶ τούτων αὐτῶν οὐκ ὀλίγα κομίζειν εἰς ἄστυ. τὰ γοῦν ὑπολειφθέντα διὰ τοῦ χειμῶνος ἐκδαπανῶντες οἱ κατὰ τὴν χώραν ἄνθρωποι τροφαῖς κακοχύμοις ἠναγκάζοντο χρῆσθαι δι᾽ ὅλου τοῦ ἦρος, ἐσθίοντες ἀκρέμονάς τε καὶ βλάστας δένδρων καὶ θάμνων, καὶ βολβοὺς, καὶ ῥίζας κακοχύμων φυτῶν, ἐμφορούμενοι δὲ καὶ τῶν ἀγρίων ὀνομαζομένων λαχάνων, ὅτου τις ἔτυχεν εὐπορήσας, ἀφειδῶς ἄχρι κόρου, καθάπερ καὶ πόας χλωρὰς ὅλας ἕψοντες ἤσθιον, ὧν πρότερον οὐδ᾽ ἄχρι πείρας ἐγεύσαντο πώποτε. παρῆν οὖν ὁρᾷν ἐνίους μὲν αὐτῶν ἐν τοῖς ἐσχάτοις τοῦ ἦρος, ἅπαντας δ᾽ ὀλίγου δεῖν ἐν ἀρχῇ τοῦ θέρους ἁλισκομένους ἕλκεσι παμπόλλοις κατὰ τὸ δέρμα συνισταμένοις, οὐ τὴν αὐτὴν ἰδέαν ἅπασιν ἴσχουσι· τὰ μὲν γὰρ αὐτῶν ἦν ἐρυσιπελατώδη, τὰ δὲ φλεγμονώδη, [418] τὰ δ᾽ ἑρπυστικὰ, τὰ δὲ λειχηνώδη, καὶ ψωρώδη, καὶ λεπρώδη. τούτων μὲν ὅσα πρᾳότατα, διὰ τοῦ δέρματος ἐξανθήσαντα τὴν κακοχυμίαν ἐκ τῶν σπλάγχνων τε καὶ τοῦ βάθους ἐκένωσεν· ἐνίοις δέ τισιν ἀνθρακώδη τε καὶ φαγεδαι-

mina ac chedropa nominant) rusticis reliquerunt, ex his etiam ipsis non pauca in urbem devehentes. Itaque regionis hujus homines, consumptis hyeme iis, quae relicta fuerant, vere toto fucci pravi alimentis uti coacti funt, vefcentes arborum fruticumque germinibus ac turionibus, bulbisque et stirpium mali fucci radicibus, agrestia praeterea quae vocant olera, prout cuique horum se copia offerebat, profufe ad faturitatem usque ingerentes, quemadmodum et herbas virentes totas edebant elixas, quas prius nunquam, ne periculi quidem faciundi gratia, degustaverant. Itaque videre erat ex his quosdam ultimo vere, fed prope omnes ineunte aestate, ulceribus in cute quamplurimis correptos, quorum non unica esset in omnibus facies; siquidem eryfipelas alia, phlegmonen alia referebant, atque alia herpetem, sicuti impetiginem alia, et psoram et lepram alia. Atque horum quae mitiora erant, per cutim efflorefcentia vitiofum fuccum e vifceribus profundoque corporis evacuarunt; aliis vero quibusdam carbunculi et phagedaenae fpe-

νικὰ γενόμενα μετὰ τῶν πυρετῶν, ἀπέκτεινε πολλοὺς ἐν χρόνῳ μακρῷ μόγις ὀλιγίστων σωθέντων. ἄνευ δὲ τῶν κατὰ τὸ δέρμα παθημάτων πυρετοὶ πάμπολλοι ἐγένοντο, διαχωρήσεις γαστρὸς ἐπιφέροντες δυσώδεις καὶ δακνώδεις, εἰς τεινεσμοὺς καὶ δυσεντερίας τελευτώσας, οὖρά τε δριμέα, καὶ αὐτὰ δυσώδη, τὴν κύστιν ἐνίων ἑλκώσαντα. τινὲς δ᾽ αὐτῶν ἐκρίθησαν ἱδρῶσι, καὶ τούτοις δυσώδεσιν, ἢ ἀποστήμασι σηπεδονώδεσιν. οἷς δ᾽ οὐδὲν τούτων ἐγένετο, πάντες ἀπέθανον ἢ μετὰ φανερᾶς φλεγμονῆς ἑνός γέ τινος τῶν σπλάγχνων, ἢ διὰ τὸ μέγεθός τε καὶ τὴν κακοήθειαν τῶν πυρετῶν. ὀλιγίστων δὲ φλέβα τεμεῖν ἐν ἀρχῇ τῆς νόσου τολμησάντων ἐνίων ἰατρῶν, (ἐδεδίεσαν γὰρ εἰκότως χρῆσθαι τῷ βοηθήματι διὰ τὸ προκαταλελῦσθαι τὴν δύναμιν,) οὐδενὸς εἶδον αἷμα χρηστὸν ἐκκριθὲν, ὁποῖον ἐκ τῶν ὑγιεινῶν σωμάτων ὁρᾶται κενούμενον, ἀλλ᾽ ἤτοι πυῤῥότερον, ἢ μελάντερον, ἢ ὀῤῥωδέστερον, ἢ δριμὺ καὶ δάκνον αὐτὴν τὴν διαιρεθεῖσαν φλέβα κατὰ τὴν ἐκροὴν, ὡς δυσεπούλωτον γενέσθαι τὸ ἕλκος. ἐνίοις

cie quum apparuiffent cum febre, plurimos interfecere, paucifflimis aegre poft multum temporis fervatis. At fine cutaneis affectibus febres plurimae viguere, quas ipfas tum alvi recrementa fequebantur graveolentia et mordacia, dyfenteriasque et tenesmos poftremo afferentia, tum acres urinas, atque eas graviter olentes, quae quorundam veficam exulcerarunt. Jam nonnulli dijudicati fudoribus funt, iisque ipfis male olentibus, abfceffibusve putredinofis. Quibus nihil horum accidit, interiere omnes, aut cum manifefta vifceris unius alicujus phlegmone, aut ob vehementiam et malignitatem febrium. Quumque medici nonnulli paucis omnino quibusdam fanguinem mittere auderent morbi initio, (merito enim remedii hujusce ufum reformidabant ob virium jam tum antea imbecillitatem,) nulli eorum animadverti fanguinem profluxiffe probum, qualem videmus de fanorum corporibus profluere, fed aut plus jufto rufum, aut nigriorem, aut ferofum nimis, aut acrem, ac venam diffectam ipfam inter fluendum vellicantem mordicus, fic ut aegre inde ad cicatricem duci vulnus poffet. Quosdam ve-

δὲ καὶ συμπτώματα μετὰ τῶν πυρετῶν, καὶ μάλιστα τοῖς ἀποθανοῦσιν, ἐγένοντο βλάβην τῆς διανοίας ἐπιφέροντα σὺν ἀγρυπνίαις καὶ καταφοραῖς. οὐδὲν δὲ θαυμαστὸν, ἐναντίοις ἁλῶναι νοσήμασί τε καὶ συμπτώμασι τοὺς τότε νοσήσαντας, αὐτούς τε διαφέροντας ἀλλήλοις οὐ ταῖς φύσεσι μόνον ἢ ταῖς ἡλικίαις, ἀλλὰ καὶ ταῖς ἔμπροσθεν διαίταις, ἐναντίαν τε δύναμιν ἐχούσας ἐδηδοκότας ἐν τῷ λιμῷ τροφάς. ἤσθιον μὲν γὰρ ἅπαντες ὧν ηὐπόρουν· ἀνομοίου δὲ τῆς εὐπορίας οὔσης, ἔνιοι μὲν ὀξεῖς, ἢ δριμεῖς, ἢ ἁλυκοὺς, ἢ πικροὺς ἔχοντα χυμοὺς ἐδέσματα προσηνέγκαντο, τινὲς δ' αὐστηροὺς, ἢ στρυφνοὺς, ἢ ψύχοντας σαφῶς, ἢ ὑγροὺς ἱκανῶς, ἢ γλίσχρους, ἢ φαρμακώδεις. οἶδα γοῦν ἐνίους μὲν αὐτίκα διὰ μυκήτων ἐδωδὴν ἀποθανόντας, ἐνίους δὲ διὰ κωνείων, ἢ ναρθήκων, οὐκ ὀλίγους δ' ἐξ αὐτῶν μόλις διασωθέντας. ἅπασι μὲν οὖν τοῖς ἄλλοις ἀνθρώποις ἐναργῶς ἐφαίνετο τῷ λογισμῷ |σκοπουμένοις, ὥσπερ ἐκτὸς πολυειδεῖς μὲν ἑλκώσεις ἐγένοντο, ποικίλα δὲ ὄγκων εἴδη φλεγμονωδῶν τε καὶ οἰ-

ro, praefertim moribundos, etiam cum febribus fymptomata invaferunt mentem affligentia cum vigiliis una altoque fopore. Atque nil fane mirum videri debet, fi quidem contrariis inter fe tum morbis tum fymptomatis correpti fuere, qui tunc aegrotarunt, ut qui non folum natura invicem aut aetate, fed etiam anteacta victus ratione differrent, alimentisque ufi effent in fame pugnantibus inter fe facultatibus praeditis. His enim rebus, quarum copia erat, omnes vefcebantur. In diverfa porro rerum copia alii cibos adhibuere fucci acidi, acrisve, aut falfi, aut amari, ficut aufteris alii, aut acerbis ufi funt, aut qui evidenter refrigerarent, aut immodice humidi effent, aut vifcidi, aut medicamentofi. Ipfe quosdam novi ex fungorum efu periiffe ftatim, quosdam ex cicutae, aut ferulae, nec fane paucos ex his vix fervatos. Ac caeteris quidem omnibus hominibus, qui ratione niterentur, facile fieri poffe videbatur, ut, quemadmodum forinfecus exulcerationes ac variae apparebant tumorum facies, phlegmonoforum et oedematoforum, eo-

Ed. Chart. VI. [418. 419.] Ed. Baf. IV. (351.)

δηματωδῶν, ἐρυσιπελατωδῶν τε καὶ σκιῤῥωδῶν, οὕτω καὶ κατά τινα τῶν ἐν βάθει μορίων, ὅσα κυριώτερα, τοσαύτας διαθέσεις ἐγχωρεῖν γεγονέναι. μόνοις δὲ τοῖς ἀποστᾶσι τῆς κατὰ τοὺς χυμοὺς Ἱπποκράτους διδασκαλίας ὁ λογισμὸς ἐπεπήρωτο, πάντα μᾶλλον ἢ τοὺς χυμοὺς αἰτιᾶσθαι τολμῶσιν. ἔνιοι δ' αὐτῶν ὡμολόγησάν μοι λαθραίως, ὁρᾷν μὲν ἐναργῶς τὴν πρὸς Ἱπποκράτην φιλονεικίαν τῶν οὐδὲν οὐδ' εἰς νόσον ἡγουμένων ἀγαθὸν ἢ κακὸν ἐκ χυμῶν γίνεσθαι, μεταστῆναι δ' αἰδεῖσθαι πρὸς Ἱπποκράτην μετὰ πεντήκοντα τῆς ἡλικίας ἔτη· δόξειν μὲν γὰρ οὕτως ἔφασαν οὐ τοὺς μαθητὰς μόνους, ἀλλὰ καὶ τοὺς χρωμένους ἡμῖν ἐν ἅπαντι τῷ πρόσθεν χρόνῳ βεβλαφέναι. καὶ μέντοι καὶ τιμᾶσθαι μὲν ἔλεγον ἤδη πρὸς πολλῶν ἀνθρώπων, ὡς ἐπ' ἀληθέσιν οἷς ἐπρέσβευον δόγμασιν· ἐὰν δὲ καὶ ταῦθ' ὁμολογήσωσιν εἶναι μοχθηρὰ, καὶ τῶν ἄλλων ἀμαθέστεροι φανεῖσθαι, καὶ μηδένα τῶν ἔμπροσθεν αὐτοῖς χρωμένων αὖθις ἔτι χρήσεσθαι. [419] τούτοις μὲν οὖν πολλὴν συγγνώμην νέμειν εὔλογον ἡμᾶς, οὐ

rumque ad haec, qui eryfipelas et fcirrhum referrent, fic partibus intimis, quaecunque principes magis effent, totidem accidere affectus potuiffe. Soli funt, qui quidvis aliud potius quam fuccos caufari audent, quicunque rationis expertes ab Hippocratica de fuccis doctrina defcivere: quorum apud me nonnulli clam confeffi funt, manifefto fe quidem contendendi cernere cupiditatem adverfus Hippocratem exiftimantium, nihil effe in fuccis ad fanitatem aut morbum ufus aut detrimenti, pudere tamen eos poft quinquagefimum aetatis annum ad Hippocratis fententiam defcendere: fic enim videri poterimus (dicebant) non folum difcipulis, fed etiam iis, qui toto praeterito tempore nobis ufi effent, obfuiffe. Quin in honore fe quoque apud mortalium multos effe ajebant, ceu vera dogmata profeffos: quae fi ipfa quoque prava effe faterentur, quum indoctiores aliis vifum iri fe, tum vero futurum, ut eorum, qui antea ipforum opera utebantur, nullus in pofterum effet ufurus. His itaque multum veniae condonemus par eft, non quidem culpato

τὴν προαίρεσιν μεμφομένους, ἀλλὰ τῇ δυστυχίᾳ συναλγοῦντας αὐτοῖς, οἳ πρὸ τοῦ κρῖναι δύνασθαι τὰ διδασκόμενα περιέπεσον οὐκ ἀγαθοῖς διδασκάλοις. ἄξιοι δὲ μίσους εἰσὶν οἱ πρῶτοι διὰ φιλοτιμίαν αἱρέσεις δογμάτων συστησάμενοι· φαίνονται γὰρ ἑκόντες ἐξαπατᾷν ἐπιχειρῆσαι τοὺς πέλας, οὐκ ἄκοντες σφαλῆναι, μηδενὸς ἀνθρώπου εἰς τοσαύτην ἄνοιαν ἥκοντος, ὡς ἀγνοῆσαι, πηλίκον ἐστὶ κακὸν ἐκτραπῆναι τοὺς ἐν τῷ σώματι χυμοὺς εἰς φαρμακώδεις ποιότητας. αὐτοὶ γοῦν οὗτοι, πρὸς οὓς ὁ λόγος ἐστὶ, δύσκολον ἢ καὶ τελέως ἀδύνατον εἶναί φασι διακρῖναι τοὺς ἐκ φαρμάκων ὀλεθρίων προσφορᾶς ἀπολλυμένους τῶν ἐξ αὐτοῦ τοῦ σώματος τῆς νοσώδους διαθέσεως. οὐ μὴν οὐδ᾽, ὅτι τοὺς τῶν ἰοβόλων ὀνομαζομένων θηρίων χυμοὺς, οὓς ἐνιᾶσι διὰ τοῦ δήγματος, ἐνίους μὲν νεκροῦντας ἐν τάχει τὸ δηχθὲν μόριον, ἐνίους δὲ καὶ σήποντας, ἢ φλεγμονὰς ἢ ὀδύνας μεγίστας ἐπιφέροντας ἐναργῶς ὁρῶμεν, ἔνεστιν ἀρνήσασθαι οὐδενὶ, καθάπερ οὐδ᾽, ὅτι σκορπίῳ τις ἐπιπτύσας δὶς ἢ τρὶς νήστης εὐθέως ἀναι-

eorum inftituto, fed de illorum una infortunio miferti, qui, antequam judicium ferre de doctrinis poffent, magiftros nacti fint improbos; illi contra odio merito habendi funt, qui ob honoris contentionem primi placitorum fectas erigunt, quippe qui volentes fcientesque homines decipere velle videantur, non autem per imprudentiam labantur, quum nullus ad tantum unquam dementiae veniat, ut ignoret, quantum fit malum contentos in corpore humores in medicamentofas qualitates converti. Ifti ipfi, quibuscum inftitutus nobis eft fermo, haud fane facile vel etiam neutiquam fieri poffe rentur, ut eos, qui ex lethalis medicamenti affumptione et morbofo corporis ipfius affectu periclitantur, difcernamus. Neque vero illud non apertiffime videmus, ut negare nemo audeat, animalium venenum ejaculantium fuccos, quos in morfu reponunt, alios demorfam partem celeriter mortificare, alios putrefacere, aut phlegmonen aut dolores vehementiffimos ciere, veluti et fcorpionem, fi quis in eum bis terve jejunus confpuat, ftatim perire; nam,

ρεῖ τὸ ζῶον. ὥσπερ γὰρ οἰκεῖαι φύσεις φύσεσίν εἰσιν, οὕτως ἕτεραι πολέμιαί τε ἑτέραις καὶ φθαρτικαί. τρέφεσθαι μὲν οὖν ἡμῖν ὑπὸ τῶν οἰκείων, ἀπόλλυσθαι δὲ ὑπὸ τῶν ἐναντίων συμβαίνει. καὶ λέλεκται περὶ τούτων ἐπὶ πλεῖστον ἔν τε τοῖς περὶ τῶν φυσικῶν δυνάμεων ὑπομνήμασι, καὶ τοῖς περὶ τῶν ἁπλῶν φαρμάκων· εἰς δὲ τὸν ἐνεστῶτα λόγον ἱκανὴ καὶ τῶν ἐν τοῖς λιμοῖς ὀφθέντων ἡ διήγησις. εἰ δέ μοι πιστεύειν ἐθέλοις, οὐδεμίαν μὲν αἰτίαν (352) ἔχοντι ψεύδεσθαι, δυσχεραίνοντι δὲ ἐπὶ τῷ πολλοὺς ἐν βιβλίοις ἄνδρας ἐψεῦσθαι μεγάλως, διηγήσομαί σοι τὰ διὰ μακρᾶς πείρας ἐν ὅλῳ μου τῷ βίῳ γνωσθέντα μετὰ τοῦ καὶ τοὺς θεοὺς ἐπικαλέσασθαι μάρτυρας. ἐμοὶ γὰρ πατὴρ ἐγένετο, γεωμετρίας μὲν καὶ ἀρχιτεκτονίας καὶ λογιστικῆς ἀριθμητικῆς τε καὶ ἀστρονομίας εἰς ἄκρον ἥκων, ὑπὸ πάντων δὲ τῶν γνόντων αὐτὸν ἐπὶ δικαιοσύνῃ καὶ χρηστότητι καὶ σωφροσύνῃ θαυμασθεὶς, ὡς οὐδεὶς τῶν φιλοσόφων. οὗτος οὖν παῖδα μὲν ὄντα με διαιτῶν αὐτὸς ἄνοσον ἐφύλαξεν. ἐπεὶ δὲ μειράκιον ἐγενόμην, ὅ τε πατὴρ ὑπεχώρησεν εἰς ἀγρὸν, ὢν φιλογέωργος, εἰχόμην

ficuti naturae affines aliae aliis funt, fic quaedam adverfantur quibusdam, easque perimunt. Porro affinibus nutriri, a contrariis vero corrumpi contingit: eftque de his tractatum fufius in commentariis de naturalibus facultatibus, tum de fimplicibus medicamentis; impraefentiarum autem fatis fit enarraffe etiam, quae comperta vidimus in fame. Quod fi fidem mihi adhibueris, (cui, quamobrem mentiri debeam, caufae nihil fit, contraque permolefte feram, quod auctores multi fuis in libris egregie mentiti fint,) explicabo tibi ea, quae in univerfa vita mea experientia longa didici, idque diis ipfis teftibus invocatis. Ego fane patrem habui, qui ad fummum geometriae, architecturae, logiflicae, arithmetices atque aftronomiae pervenit, fuitque ab iis, qui illum norant, aequitate, probitate et temperantia fupra philofophos omnes commendatus. Is me puerum etiamnum morbis intactum fervaverat praefcripta victus ratione. Adolefcens deinde factus quum effem, pater vero in agrum agriculturae

μὲν ὧν ἐμάνθανον ὑπὲρ ἅπαντας τοὺς συμφοιτῶντας, οὐ δι' ἡμέρας μόνον, ἀλλὰ καὶ νύκτωρ· ἐμπλησθεὶς δὲ μετὰ τῶν ἡλικιωτῶν ἐν παντὶ τῷ χρόνῳ τῆς ὀπώρας ἁπάντων τῶν ὡραίων, ἐνόσησα τοῦ φθινοπώρου νόσον ὀξεῖαν, ὡς φλεβοτομίας δεηθῆναι. παραγενόμενος οὖν εἰς τὴν πόλιν ὁ πατὴρ ἐπετίμησέ τέ μοι καὶ τῆς ἔμπροσθεν διαίτης ἀνέμνησεν, ἣν ὑπ' αὐτῷ διῃτώμην, ἐκέλευσέ τε τὸ λοιπὸν φυλάττειν αὐτὴν, ἀποστάντα τῆς τῶν ἡλικιωτῶν ἀκρασίας. καὶ μέντοι καὶ κατὰ τὸν ἑξῆς ἐνιαυτὸν ἔργον ἐποιήσατο παραφυλάξαι μου τὴν δίαιταν, ὡς μετρίως ἅψασθαι τῶν ὡραίων· ἦγον δὲ τηνικαῦτα τῆς ἡλικίας ἔτη ιθ'. ἄνοσος οὖν ἐν αὐτῷ μείνας, εἶτ' ἐν τῷ μετ' αὐτὸν ἐνιαυτῷ τοῦ πατρὸς ἀποθανόντος, ἅμα τοῖς ἡλικιώταις διαιτηθεὶς ἐπὶ δαψιλέσι τοῖς κατὰ τὴν ὀπώραν, ἐνόσησα νόσον παραπλησίαν τῇ πρόσθεν, ὡς καὶ τότε φλεβοτομίας δεηθῆναι. τοὐντεῦθεν ποτὲ μὲν ἐφεξῆς καθ' ἕκαστον ἐνιαυτὸν, ἐνίοτε δὲ διαλιπὼν ἓν ἔτος, ἐνόσουν μέχρι τῶν ὀκτὼ καὶ εἴκοσιν ἐτῶν. [420] ἐν τούτῳ δὲ

ſtudioſus conceſſiſſet, urgebam ego quidem ſtudia ſupra condiſcipulos omnes non interdiu ſolum, ſed etiam noctu; toto vero caniculae tempore, quum omnibus fugacibus fructibus me expleſſem cum aequalibus una meis, autumno in morbum incidi acutum, ſic ut ſanguinem mittere neceſſe habuerim. Reverſo deinde in urbem patre, meque quum increpaſſet, tum revocata in memoriam priore victus ratione, qua ſub ipſo uſus eſſem, praecepit, uti de caetero hanc ſervarem, aequalium meorum intemperantiam averſatus. Quin in ſequenti quoque anno ſtudioſe egit, ut vivendi rationem meam obſervaret, ne quid de fugacibus fructibus, niſi modice, attingerem. Agebam tunc temporis aetatis annum undevigeſimum; quo anno quum incolumis evaſiſſem, ſequentique deinde diem obiiſſet pater, liberaliter cum aequalibus una in victu fructibus uſus, qui ſub caniculae tempus proveniunt, morbum incurri priori non diſſimilem, uti tunc quoque vena mihi neceſſario ſecanda fuerit. Ex eo tempore aliquando ſingulo quoque deinceps anno ſemper aegrotavi, aliquando intermiſſo uno, ad annum usque vigeſimum-

Ed. Chart. VI. [420.] Ed. Baf. IV. (352.)

κινδυνεύσας ἀπόστημα σχεῖν, καθ᾽ ὃ μέρος συνάπτει τὸ ἧπαρ τῷ διαφράγματι, τῶν ὡραίων ἁπάντων ἀπέχεσθαι ἐμαυτὸν ὥρισα πλὴν τῶν πεπείρων ἀκριβῶς σύκων τε καὶ σταφυλῶν, οὐδὲ τούτων ἀμέτρως, ὡς ἔμπροσθεν, ἀλλὰ συμμέτρως προσφερόμενος. ἔσχον δὲ καὶ ἄλλον τινὰ τῶν ἐμαυτοῦ πρεσβύτερον ἔτεσι δυοῖν, τὴν αὐτὴν γνώμην ἔχοντα ἐμοί. φροντίζοντες οὖν τῶν γυμνασίων καὶ τοῦ μηδέποτ᾽ ἀπεπτῆσαι ἄνοσοι διεμείναμεν ἄχρι δεῦρο πολλῶν ἐτῶν· καὶ τῶν ἄλλων δὲ φίλων ὅσους ἔπεισα γυμνάζεσθαί τε καὶ τεταγμένως διαιτᾶσθαι, τέως πάντας ὁρῶ διαπαντὸς ὑγιαίνοντας, ἐνίους μὲν ἐξ ἐτῶν πέντε καὶ εἴκοσι, τοὺς δ᾽ ἐξ ἐλαττόνων μὲν, ἤδη δ᾽ ἱκανῶν, ὡς ἕκαστοι πεισθέντες ἔτυχον ἀπέχεσθαί τε τῶν ὡραίων καὶ τῶν ἄλλων κακοχύμων ἐδεσμάτων, ἃ πρόκειται διελθεῖν ἐν τῷδε τῷ γράμματι.

Κεφ. β΄. Τοῖς μὲν οὖν δυναμένοις γυμνάζεσθαι πρὸ τῶν σιτίων οὐδὲ τῆς ἀκριβοῦς πάνυ διαίτης ἐδέησε· τοῖς δὲ

octavum: quo tempore, quum periculum adiiffem, ne, qua parte fepto transverfo jecur adhaeret, abfceffus effet, mihi ipfi ufum interdixi fugacium omnium, praeterquam ficuum uvarumque exacte maturarum, hisque ipfis non immodice, ficuti antea, fed moderate adhibitis; habebamque alium quendam biennio majorem fodalem ejusdem mecum inftituti. Adhibita itaque diligenti de exercitatione cura, tum ne quid cruditate laboraremus, immunes hactenus a morbis perfeveravimus annorum multorum fpatio. Jam quoscunque ex amicis aliis perfuafos habui, ut fe exercerent vivendique fervarent ordinem, animadverti ad hanc usque diem incolumes perftitiffe, quosdam annorum vigintiquinque intervallo, quosdam non totidem quidem annis, fed fatis tamen multis, prout perfuafus quisque fuerat, uti fugacibus fructibus abftineret, reliquisque praeterea vitiofi fucci eduliis, de quibus propofitum nobis fit hoc libro pertractare.

Cap. II. Ergo qui exercitatione uti ante cibum poffunt, iis haud certe exquifita victus ratio fuerit neceffaria:

διὰ περιστάσεις πραγμάτων κωλυομένοις οὐ μόνον ἀβλαβεστέρας διαίτης, ἀλλὰ καὶ φαρμάκων ὑγιεινῶν ἐστι χρεία. πολλοὶ μέντοι τῶν ἀνθρώπων ἐν τοιαύτῃ καταστάσει διατρίβουσιν, ὥστε μὴ δυνατὸν αὐτοῖς εἶναι, μήτε γυμνάζεσθαι καλῶς πρὸ τῶν σιτίων, μήτ᾽ ἐσθίειν ἱκανῶς ἐν καιρῷ, μήτε πέττειν καλῶς τὰς τροφάς. τοὺς μὲν δὴ τοιούτους ἀδύνατον ἀνόσους διαμένειν ἄνευ τοῦ προνοεῖσθαι τῆς γαστρὸς ὑπαγωγῆς ἐκ διαλειμμάτων, ἐνίοτε δὲ καὶ καθάρσεως ἰσχυροτέρας, ὡραίας τε κενώσεως αἵματος, ὑγιεινῶν τέ τινων φαρμάκων, ἐν τοῖς προσήκουσι καιροῖς πινομένων. ὅσοι δὲ βίον ἡσύχιον εἵλοντο, μήτε πρὸ ἡμέρας ἀνάγκην ἔχοντες ἐπὶ τὰς τῶν πολὺ δυναμένων ἐπιέναι θύρας, μήτε πολλάκις ἱδροῦντες ἐν ἀναγκαίαις πράξεσι καταψύχεσθαι, μήτε λουομένοις τισὶ παρεστάναι, μήτ᾽ εἰς οἶκον ἐπανερχομένους αὐτοὺς παραπέμπειν, εἶτα μετὰ πολλῆς σπουδῆς αὐτοὶ λουσάμενοι πρὸς τὸ δεῖπνον ἐπείγεσθαι, τούτοις πρώτοις ὑποθήσομεν δίαιταν, ἐξ ἧς ἂν μάλιστα χρηστότατον ἔχωσιν αἷμα· μετὰ δὲ τούτους πειράσομαί τινας ὑποθήκας δοῦναι καὶ τοῖς ἐν ἀσχολίᾳ ζῶσι.

aliis vero, qui ob negotiorum molem hoc facere prohibentur, non folum innocentiore victu, verum etiam medicamentis falubribus opus fuerit. Plurimi quoque in eo rerum ftatu degunt mortales, ut his neque ante cibum recte exercere fe liceat, neque opportune fatis cibum capere, neque vero probe alimentum conficere: hofce intactos morbis perdurare diutius impoffibile fuerit, nifi confulant fubducta fibi alvo per intervalla, interdum purgatione etiam validiore, ac tempeftiva fanguinis miffione, falubribusque quibusdam ad haec medicamentis opportuno tempore epotis. Quicunque vero quietioris vitae inftitutum ingreffi funt, nec coguntur ante lucem adire potentum limina, nec, poftquam crebro fudarint operibus neceffariis factitandis, refrigefcere, neque aliquibus, dum lavantur, affiftere, neque alios, quum fe domum iterum conferunt, reducere, ipfi poftea ingenti feftinatione loti coenatum properare, hifce nos prius victus rationem praefcribemus, unde fanguinem in primis probum obtineant; aliisque deinde confulere conabimur, qui nego-

δεήσεται δ᾽ ὁ λόγος ἀναμνῆσαι τῶν γεγραμμένων ἐν τοῖς τρισὶν ὑπομνήμασιν, ἐν οἷς ὁ λόγος μοι γέγονε περὶ τῶν ἐν ταῖς τροφαῖς δυνάμεων. εὔχυμα τοίνυν ἐδέσματα τῶν μὲν σιτηρῶν ἄρτοι τ᾽ εἰσὶν οἱ καθαροὶ, κατειργασμένοι καλῶς ὀπτήσει τε τῇ διὰ κλιβάνου καὶ τῇ πρὸ αὐτοῦ φυράσει καὶ ζύμῃ συμμέτρῳ καὶ ἁλῶν μίξει, πρὸς τούτοις δὲ δεύτεροι κατ᾽ ἀρετὴν οἱ ἰπνῖται. καὶ χόνδρος δὲ τῶν εὐχυμοτάτων ἐστὶν, ὥσπερ καὶ τὸ χοίρειον κρέας, ἐὰν ἀκριβῶς ἥ τε γαστὴρ αὐτὰ πέψῃ καὶ τὸ ἧπαρ αἱματώσῃ. γλίσχρον δ᾽ ἔχει τι καὶ διὰ τοῦτ᾽ ἐμφρακτικὸν ἥπατός τε καὶ νεφρῶν, οἷς στενόπορα φύσει ταῦτα. πλεοναζόντων γοῦν ταῖς ἐδωδαῖς αὐτῶν, βάρους τέ τις αἴσθησις ἐν τοῖς εἰρημένοις μορίοις γίνεται καί ποτε καὶ πόνος. ἕπεται δὲ ταῖς καθ᾽ ἧπαρ ἐμφράξεσι, κωλύεσθαι μὲν τὴν ἀνάδοσιν, ἀθροίζεσθαι δὲ πλῆθος ἐν ταῖς κατὰ τὸ μεσάραιόν τε [421] καὶ τὰ σιμὰ τοῦ σπλάγχνου φλεψὶν, ᾧ πάλιν φλεγμονὰς ἀκολουθῆσαι τῶν μορίων, ἐν οἷς ἤθροισται, κίνδυνος, ἢ αὐτῶν τῶν πλεοναζόντων χυ-

tiofam vitam ducunt. Fueritque neceffe, ut in memoriam revocentur, quae in tribus commentariis differuimus de alimentorum facultatibus confcriptis. Igitur inter frumentacea cibum exhibent fucci boni panes puri rite confecti, qui et in clibano fint cocti et antea fubacti, tum fermento conftent modico, falisque mixtura: fecundas ab his obtinent furnacei. Nec fane minus alica inter ea, quae optimi fucci funt, cenfetur, ficuti fuilla quoque caro, fiquidem ifta ventriculus exquifite concoquat, et in fanguinem vertat jecur: vifcidi nihilominus nefcio quid retinent, quodque ideo jecoris renumque meatus obducat, quibus aftrictiores hi natura fuerint. Si quis igitur crebrius utatur, gravitatis fecundum praedictas jam partes fenfum quendam, aut dolorem etiam nonnunquam praefentiet. Jecinoris porro obftructionem comitatur diftributionis impedimentum, ac plenitudinis collectio in mefaraei fimarumque vifceris partium venis; quo cafu periculum rurfus eft, ne aut phlegmone fequatur partium, in quibus facta collectio fuerit, aut redundantium hu-

μῶν σηπεδόνα. δυοῖν γάρ τοι θάτερον ἀναγκαῖόν ἐστι τοῖς ὠμοῖς καὶ παχέσι χυμοῖς ἀκολουθεῖν, ἢ μεταβάλλεσθαι εἰς αἷμα πεττομένοις, ἢ σήπεσθαι, καθάπερ καὶ τἄλλα πάντα τὰ ἐν τοῖς θερμοῖς χωρίοις χρόνῳ πλείονι μένοντα. καὶ διὰ τοῦτο τοῖς ἰατροῖς εὑρέθη τὰ κληθέντα πρὸς αὐτῶν ὑγιεινὰ φάρμακα, τῆς λεπτυνούσης ἅπαντα δυνάμεως ὄντα. τούτοις γὰρ ἔργον ἐστὶν, ἐκφράττειν μὲν τὰς στενὰς διεξόδους, ἀποῤῥύπτειν δὲ τὸ προσπλαττόμενον γλίσχρον ἐκ τῶν χυμῶν τοῖς ἀγγείοις, τέμνειν δὲ καὶ λεπτύνειν τὰ παχέα τῶν ὑγρῶν. ἀλλ' ἐὰν πλεονάσῃ τις ἐν αὐτοῖς, ὀῤῥῶδες ἢ πικρόχολον ἐν τῷ χρόνῳ ἢ μελαγχολικὸν ἐργάζεται τὸ αἷμα. πέφυκε γὰρ ὀλίγον δεῖν ἅπαντα τὰ τοιαῦτα φάρμακα σὺν τῷ λεπτύνειν τε καὶ τέμνειν ἔτι καὶ θερμαίνειν ἀμετρότερον. ὑπὸ δὲ τῶν οὕτως θερμαινόντων ξηραίνεται μὲν τὰ στερεὰ, παχύνονται δὲ οἱ χυμοὶ, καὶ διὰ τοῦτο κατὰ τοὺς νεφροὺς οἱ πωρώδεις λίθοι συνίστανται. καλλίστης οὖν κατασκευῆς σώματος ὑπαρχούσης, ἥτις ἂν εὐκρατοτάτη μὲν ᾖ, τὰς δὲ τῶν χυμῶν διεξόδους εὐρείας ἔχῃ, δυνατόν ἐστιν ὑγιαίνειν ἀεὶ τὸν οὕτω πεφυ-

morum ipforum putredo; quandoquidem alterutrum fequi necesse fit crudos craſſosque humores, ut aut in fanguinem convertantur concocti, aut putrefcant, ficuti reliquis quoque omnibus accidit, quaecunque locis calentibus diutius moram trahunt. Proinde inventa medicamenta funt, fic a medicis falubria appellata, quae attenuandi omnia facultate conftant; horum fi quidem officium eft anguftiores vias expedire, tum abftergere, fi quid ex humoribus glutinofi vafis adhaerefcit, humorumque craffitiem incidere et extenuare. Caeterum frequens horum ufus fanguinem ferofum, aut biliofum, aut melancholicum temporis tractu reddiderit; fiquidem folita fint medicamenta haec univerfa prope, praeter id, quod attenuent et incidant, etiam vehementius excalefacere; ab iis autem, quae fic calefaciunt, folidiores partes exiccantur, humoresque redduntur craffi, unde renum calculi exiftant tophacei. Ergo quum corporis conftitutio probatiffima ea habeatur, quae fimul et temperatiffima fit et humorum tranfitum expeditum teneat, hac natura praeditum poffibile fit, fiquidem fe ante cibos quod fatis fit exer-

κότα, γυμναζόμενον αὐτάρκη πρὸ τῶν σιτίων, ἐὰν καὶ πλεονάζῃ ποτὲ κατὰ τὰ παχύχυμα τῶν ἐδεσμάτων, ὁποῖόν ἐστιν, ὡς ἔφην, ὅ τε χόνδρος καὶ τὸ χοίρειον κρέας, οἵ τ' ἰπνῖται τῶν ἄρτων, ἢ κριβανῖται, οὐ πάνυ δ' ἀκριβῶς οὔτε προπαρεσκευασμένοι τῇ λελεγμένῃ μικρὸν ἔμπροσθεν κατασκευῇ, κατά τε τὸν κλίβανον ἐνδεῶς ὠπτημένοι. τὴν δ' αὐτὴν ἔχει τῷ χόνδρῳ φύσιν ὁ καλούμενος τράγος, ἐκ τῶν σιτηρῶν τροφῶν καὶ αὐτὸς ὑπάρχων, δυσκατεργαστότερός γε μὴν ἐν τῇ κατὰ τὴν γαστέρα πέψει ἐστὶ τοῦ χόνδρου. παραπλησίαν δὲ τούτοις δύναμιν ἔχει καὶ ἡ τῶν ᾠῶν φύσις, ἀλλὰ διορισμῶν πολλῶν δεομένη, καθάπερ καὶ τὸ γάλα. προϊόντος δὲ τοῦ λόγου διδαχθήσεται μετ' ὀλίγον ἀκριβῶς πᾶσα. πρότερον γὰρ, ὥσπερ τούτων ἐμνημόνευσα, τὸν οἷον τύπον ὑπογράφων τῶν εὐχύμων τε καὶ κακοχύμων ἅμα γλισχρότητι τροφῶν, οὕτως καὶ τῶν συμμέτρως ἐχουσῶν βούλομαι μνημονεῦσαι, μέσον οὐσῶν τῇ φύσει τῶν παχυνόντων ἐδεσμάτων καὶ τῶν (353) λεπτυνόντων, ὑπὲρ ὧν ἑτέρωθι διῆλθον ἐν ἑνὶ γράμ-

ceat, incolumem affidue praeftare, etiam aliquando fucci craffioris cibis plufculum ufum; quod genus, ficuti diximus, alica eft et fuilla caro, panesque furnacei et clibanitae, quibus quidem nec exacta adhibita fuerit praeparatio, qualem paulo fupra retulimus, et imperfecte in clibano decocti fint. Ejusdem cum alica naturae eft tragus quoque, quem vocant, qui ipfe quoque inter frumentacea alimenta connumeratur, atque is tamen alica ipfa aegrius in ventriculo concoquitur. Nec diffimilem ab his plane facultatem obtinet ovorum natura; de quibus diftinguendum tamen plenius fit, quemadmodum de lacte quoque. Docebuntur haec ad amuffim in fermonis progreffu haud ita multo poft. Prius namque, quemadmodum horum ipforum memini, ut alimentorum veluti formulam quandam exprimerem, in quibus cum vifciditate una fuccorum bonitas et malitia ineft, ad eundem modum de iis quoque mentionem faciam, quae mediocriter fe habent et natura conftant inter incraffantes cibos et attenuantes media; de quibus alibi unico libro differui, qui eft

ματι τῷ περὶ τῆς λεπτυνούσης διαίτης. ἀλλὰ τῶν μὲν τοιούτων τὰ πλεῖστα φάρμακα μᾶλλον ἄν τις ἢ τροφὴν εἴποι. τὰ δὲ τοὺς παχεῖς καὶ γλίσχρους γεννῶντα χυμοὺς ἐδέσματα τροφιμώτατά τε πάντ᾿ ἐστὶ, κἂν πεφθῇ καλῶς ἔν τε τῇ γαστρὶ καὶ τῷ ἥπατι, χρηστὸν αἷμα γεννᾷν πέφυκεν.

Κεφ. γ΄. Ἀμεμπτότατα δὲ τῶν ἐδεσμάτων ὑπάρχει τὰ μεταξὺ τῶν λεπτυνόντων τε καὶ παχυνόντων, ὡς ἂν ἐν συμμετρίᾳ καὶ μεσότητι τῶν ὑπερβολῶν καθεστῶτα. τοιαῦτα δ᾿ εἰσὶν οἵ τε κάλλιστοι τῶν ἄρτων, ὑπὲρ ὧν τῆς κατασκευῆς ἐπὶ πλέον ἐν τῷ πρώτῳ περὶ τῶν ἐν ταῖς τροφαῖς δυνάμεων εἴρηται, καὶ πρὸς τούτοις αἱ σάρκες ἀλεκτορίδων τε καὶ ἀλεκτρυόνων, ὀρνίθων τε καὶ φασιανῶν καὶ περδίκων καὶ περιστερῶν, ἀτταγήνων τε καὶ τρυ[422]γόνων καὶ κιχλῶν καὶ κοσσύφων καὶ τῶν μικρῶν στρουθῶν ἁπάντων, ἔτι τε πετραίων ἰχθύων, αἰγιαλείων τε καὶ πελαγίων, κωβιῶν τε καὶ σμυραινῶν καὶ βουγλώσσων, ὀνίσκων τε καὶ πάντων ἁπλῶς ἰχθύων, ὅσοι μήτε γλισχρότητά τινα, μήτε δυσωδίαν ἢ ἀη-

de attenuante victus ratione. Hujusmodi tamen plurima medicamenti potius quam alimenti nomine vocentur: at quae craffos glutinofosque fuccos progignunt edulia, haec fuerint, quae quum valentiffime alant, tum bonum procreare fanguinem confueverint, fiquidem ea ventriculus ac jecur probe conficiat.

Cap. III. Omnium tamen minime improbantur edulia, quae attenuantium et incraffantium in confinio funt, ut quae in exceffuum meditullio et temperie quadam locentur. Hujusce generis panes optimi funt, qui quomodo parentur, fufius dictum a nobis eft in primo de alimentorum facultatibus libro: gallinarumque praeterea carnes gallorumque gallinaceorum, tum phafianarum avium, perdicum, columbarum, attagenum, turturum, turdorum, merularum et pafferculorum omnium, pifciumque ad haec faxatilium littoraliumque et pelagiorum, et gobiorum, et muraenae, et bugloffi, et afellorum, breviterque pifcium omnium, quicunque nullam inter edendum nec vifciditatem,

δίαν ἔχουσι κατὰ τὴν ἐδωδήν. οὐκ ὀλίγων δὲ χρεία διορισμῶν ἐστι καὶ περὶ τῆς τούτων ἁπάντων φύσεως, ἣν ἐφεξῆς ἐρῶ ἐν τῷ περὶ τῶν κακοχύμων ἐδεσμάτων λόγῳ, προσθεὶς δὲ τὰ λείποντα πρότερον. ὅσοις μὲν γὰρ ἀνθρώποις οἷόν τ᾿ ἐστὶ γυμνασίοις τε πλείοσι χρῆσθαι καὶ κοιμᾶσθαι, μέχρις περ ἂν ἐθέλωσι, καὶ βίον ἔξω τῶν πολιτικῶν ἀσχολιῶν ᾕρηνται, τούτοις ἐγχωρεῖ καὶ τὰ παχύχυμα καὶ γλίσχρα τῶν ἐδεσμάτων ἐσθίειν, καὶ μάλισθ᾿ ὅταν ἐπὶ τῷ πλήθει τῆς ἐδωδῆς αὐτῶν μηδέποτε μηδεμίαν αἴσθησιν ἐν ὑποχονδρίῳ δεξιῷ ἴσχωσιν ἢ βάρους, ἢ τάσεως. ὅσοις δ᾿ ἤτοι διὰ τὴν ἡλικίαν, ἢ διά τινα συνήθειαν οὐχ οἷόν τε γυμνάζεσθαι πρὸ τῶν σιτίων, οὗτοι πάντων ἀπεχέσθωσαν ἐδεσμάτων, ὅσα τοιαῦτα. τελέως δ᾿ ἀργοὶ μηδ᾿ αὐτοὶ παραγενέσθωσαν ἐπὶ τὰς τοιαύτας τροφὰς, ἀλλ᾿ αἰωρήσεσιν ἢ περιπάτοις ἀντὶ τῶν ἰσχυροτέρων γυμνασίων χρήσθωσαν. μέγιστον γὰρ κακὸν εἰς ὑγείας φυλακήν ἐστιν ἡσυχία παντελὴς τοῦ σώματος, ὥσπερ καὶ μέγιστον ἀγαθὸν ἡ σύμμετρος κίνησις. οὐδὲ γὰρ οὐδὲ νοσή-

nec faporis foeditatem, nec infuavitatem repraefentant. Nec fane paucas diftinctiones requirit horum omnium natura; atque de horum omnium natura tractaturus deinceps fum, quum de mali fucci cibis dicemus, additis prius hoc loco, quae defunt. Etenim quicunque plurimum exercere fe poffunt, fomnumque, quantum libuerit, producere, vitamque delegerunt a civilibus negotiis procul, poffunt fane hi craffi glutinofique fucci cibos capere, praefertim fi cui poft largum horum efum nullus unquam in dextro hypochondrio aut ponderis, aut tenfionis fenfus oboriatur; quibus vero non licet aut per aetatem, aut ob confuetudinem aliquam exercere fe ante cibum, abftineant eduliis id genus omnibus. Omnino vero otiofi ne ipfi quidem admittere alimenta hujusmodi debuerint, fed vel geftationibus, vel deambulationibus utantur validioris exercitationis vice; ficuti namque quies corporis omnimoda maximum eft ad tuendam fanitatem incommodum, fic plane maximum fuerit in mediocri motione commodum; quando ne aegrotaturus

σει τις ὅλως, ἢν ἐπίτηδες προνοῆται τοῦ μηδέποτ' ἀπεπτῆσαι μετὰ τοῦ μηδὲ κινεῖσθαί τινα ἰσχυρὰν ἐπὶ σιτίοις κίνησιν. ὥσπερ γὰρ ἀγαθὸν μέγιστόν ἐστιν εἰς ὑγείαν τὸ πρὸ τῶν σιτίων προγυμνάσιον, οὕτω βλαβερώτατον ἅπασα κίνησις ἐπὶ σιτίοις. ἀναδίδοται γὰρ ἐκ τῆς κοιλίας ἡ τροφὴ, πρὶν πεφθῆναι, κἀκ τοῦδε πλῆθος ὠμῶν χυμῶν ἀθροίζεται κατὰ τὰς φλέβας, ἐξ ὧν εἴωθε νοσήματα παντοῖα γίγνεσθαι, μὴ φθασάντων αὐτῶν ἤτοι διαφορηθῆναι πόνοις πλείοσιν, ἢ πεφθῆναι καὶ μεταβαλεῖν εἰς αἷμα ὑπὸ τῆς καθ' ἧπάρ τε καὶ φλέβας δυνάμεως. ἀσφαλέστατον οὖν φείδεσθαι τῶν κακοχύμων τε καὶ γλίσχρων ἐδεσμάτων, ὅσοις γε μόνης ὑγείας ἐστὶν ἡ φροντὶς, οὐκ εὐεξίας σώματος, ὁποίαν οἱ γυμναστικοὶ σπουδάζουσιν.

Κεφ. δ'. Ἐφεξῆς γοῦν ἐγὼ καταλέξω καὶ τὰ μὴ λελεγμένα κατὰ τὸν ἄχρι δεῦρο λόγον ἐδέσματα παχύχυμα, πάλιν ἀπὸ τῶν ἄρτων ἀρξόμενος. ὅσοι τοίνυν τούτων οὔτε ζύμης, οὔθ' ἁλῶν ἱκανῶς ἔσχον, οὔτε πλεῖστον ἐφυράθησαν, οὔτ' ἐν κλιβάνῳ καλῶς ὠπτήθησαν, οὗτοι παχυχυμότεροι πάντων

quidem omnino aliquis fit, qui, ne quando cruditate laboret, curam gefferit, nec motu aliquo vehementi a cibo moveatur. Quemadmodum enim omnium maxime commendatur ad fanitatem exercitatio ante cibos, fic a cibis motus unusquisque vel in primis damnatur, eo quod a ventre alimentum ante concoctionem diftribuatur, crudiorumque ita humorum vis colligatur in venis, unde morborum genus omne progigni foleat, nifi prius aut laboribus pluribus diffipentur ipfi, aut concoquantur, inque fanguinem vertantur a jecoris venarumque facultate. Itaque fecuriffimum fuerit cibos caviffe craffi glutinofique fucci, quibus quidem valetudinis folius bonae cura fit, non autem bene habiti corpore effe ftudeant, quod gymnaftici faciunt.

Cap. IV. Cibos igitur craffi fucci enumerabo deinceps, quos hactenus fermone non retuli, initio a panibus fumpto. Ex quibus qui neque fermenti, quod fatis fit, neque falis accepere, neque fubacti plurimum, fed nec clibano probe cocti fuerunt, craffo fupra omnes fucco con-

εἰσὶ μετὰ τοῦ καὶ γλισχρότητος ὀλίγον μετέχειν, ὅντινα χυμὸν οἱ περὶ Πραξαγόραν τε καὶ Φιλότιμον ὀνομάζειν εἰώθασι κολλώδη. παχύχυμοι δὲ οἱ τυροὶ πάντες, ἀλλ' οἱ μὲν νέοι χωρὶς κακοχυμίας, οἱ παλαιοὶ δὲ καὶ σὺν ταύτῃ. γλισχρότης δὲ πρὸς πάχει τισὶν αὐτῶν, οὐχ ἅπασιν, ὑπάρχει διὰ τὴν τοῦ γάλακτος φύσιν, ἐξ οὗ γεγόνασιν, οὐ σμικρὰς ἔχοντος διαφορὰς ἔν τε τοῖς γένεσι τῶν ζώων καὶ ταῖς τροφαῖς, ἃς ἐσθίουσιν ἄλλας ἐν ἄλλοις τόποις. αἰγείῳ μὲν οὖν γάλακτι πλείστῳ χρῶνται παρ' ἡμῖν, ὥσπερ ἐν ἄλλοις ἔθνεσι βοείῳ· χρῶνται δὲ καὶ τῷ προβατείῳ πολλάκις. [423] ἀλλὰ τοῦτο μέν ἐστι παχὺ, τῷ τῶν ὄνων ὑπεναντίως ἔχον ἐν τῷδε· λιπαρὸν δὲ τὸ τῶν βοῶν. ἁπάντων δ' ἔχει συμμέτρως τὸ τῶν αἰγῶν. οὔτε γὰρ ἱκανῶς ἐστιν οὔτε λιπαρὸν, οὔτε παχὺ, καὶ διὰ τοῦτο μέσον τι τῶν ἄλλων ὑπάρχει κατὰ τὰς ἐνεργείας, ἃς ἐνεργεῖ κατὰ τὸ τῶν ἀνθρώπων σῶμα, τοῦ μὲν ὀῤῥώδους καὶ λεπτοῦ γάλακτος ὑπάγοντος μὲν τὴν γαστέρα μᾶλλον, ἧττον δὲ τρέφοντος τὸ σῶμα, τοῦ δὲ παχέος ἔμπαλιν ἧττον μὲν ὑπάγοντος, τρέφοντος δὲ μᾶλλον. σύγκειται

ſtant, praeter id quod viſcidi etiam nonnihil participant: quod ſucci genus Praxagoras et Philotimus appellant glutinoſum. Craſſi praeterea ſucci eſt caſeus omnis, ſed recens ſuccum vitioſum non obtinet, qui inveteratis adeſt. Viſcoſitas in eorum quibusdam craſſitiei accedit, non tamen in omnibus, idque ob lactis, unde conficiuntur, naturam; cujus non pauca ſunt diſcrimina pro animantium diverſitate et alimentorum, quae alibi alia capiunt. Ac plurimus quidem apud nos eſt caprini lactis uſus, ſicuti bubuli apud alias nationes; quin et frequenter ovillo utuntur. Craſſum tamen hoc eſt, aſinarum lacti contrario modo ſe habens hoc nomine; pingue bubulum, omnium in medio caprinum, quippe quod nec immodice pingue, neque vero craſſum ſit, ideoque etiam operibus mediocre habetur, quae in humano corpore edit, quum tenue ſeroſumque lac, ſicuti minus alit, ita ventrem ſubducat magis, craſſum contra minus quidem alvum emolliat, at magis interim nutriat. Ex tribus nam-

γὰρ ἐκ τριῶν οὐσιῶν ἀνομοιομερῶν ἅπαν γάλα, μιᾶς μὲν τῆς ὀῤῥώδους τε καὶ λεπτῆς, ἑτέρας δὲ τῆς παχείας τε καὶ τυρώδους, καὶ τρίτης τῆς ἐλαιώδους τε καὶ λιπαρᾶς. οὐ μὴν ἐν ἅπασί γε τοῖς ζώοις τὸ μέτρον αὐτῶν ἴσον, ἀλλ' ἐν μὲν τῷ καμήλων τε καὶ ὄνων γάλακτι ἡ ὀῤῥώδης ὑγρότης πλείστη, τὸ τυρῶδες δ' ἐν τοῖς προβάτοις, ὥσπερ τὸ λιπαρὸν ἐν τῷ τῶν βοῶν γάλακτι. μεσότητα δ' ἔχει τῶν ὑπερβολῶν ἡ αἶξ πρὸς τἄλλα γένη τῶν ζώων· ἐπείτοι πάλιν αὗται πρὸς ἀλλήλας παραβαλλόμεναι ταῖς εἰρημέναις ὑποπεπτώκασι διαφοραῖς, οὔσης οὐ σμικρᾶς οὐδὲ τῆς κατὰ τὴν ἡλικίαν, ὥσπερ γε καὶ τῆς κατὰ τὰς νομὰς καὶ τὰς ὥρας τοῦ ἔτους, ἔτι τε τὸν χρόνον, ὃν ἀφεστήκασι τῆς ἀποκυήσεως· ὑπὲρ ὧν καὶ αὐτῶν ἐπὶ πλέον ἐν τῷ τρίτῳ περὶ τῶν ἐν ταῖς τροφαῖς δυνάμεων εἴρηται. νυνὶ δ' ἀρκεῖ τό γε τοσοῦτον εἰπεῖν, ὡς οὐκ ἀσφαλὲς ἄνευ μέλιτος προσφέρεσθαι τὸ τῶν αἰγῶν γάλα. πολλοῖς γὰρ τῶν μόνον αὐτὸ πιόντων ἐτυρώθη κατὰ τὴν γαστέρα, καὶ θαυμαστὸν ὅπως βαρύνει τε καὶ πνίγει τὸν ἄνθρωπον, ἐπειδὰν τοῦτο συμβῇ. θαυμαστότερον δ' ἔτι τὸ περὶ τοῦ θρομ-

que fubftantiis conftat lac quodque diffimilium inter fe partium; quarum una ferofa eft tenuisque, craffa altera ac cafeofa, tertia vero pinguis atque oleofa. Neque in omnibus tamen animantibus aequa harum portio eft, fed in camelarum atque afinarum lacte ferofae humiditatis plurimum, cafeofae in ovillo, pinguis in bubulo. Caprae pro reliquis animalium generibus intra exceffum omnem mediocriter fe habent; illae enim ipfae, fiquidem invicem rurfus conferantur, in jam dictas differentias cadunt, quando non fane parva ea fit, quae ab aetate fumitur, ficuti nec quae ex pafcuis ducitur atque anni tempore intervalloque infuper a partu; de quibus ipfis plenius in tertio de alimentorum facultate libro tractavimus. Illud hoc loco dixiffe fatis fit, minime tuto fumi caprarum lac absque melle; multis namque, qui folum id fumpfiffent, in cafeum coactum fuit in ventre: quod quum contingit, mirum, quam hominem gravet ac fuffocet. Hoc ipfo admiratione dignius, quod in con-

βωθέντος ἐστὶν αἵματος, ἐάν τ' εἰς τραῦμά τι, ἐάν τ' εἰς κοιλίαν ἤ τι τῶν ἐντέρων συῤῥυῆ. καὶ γὰρ ἐκλύονται καὶ καταψύχονται καὶ μικρόσφυκτοι καὶ κακόσφυκτοι γίνονται. καὶ μέντοι καὶ σηπεδόνος ἐπιγενομένης ἐν τάχει κατὰ τὰ πλησιάζοντα τῶν ὑγιεινῶν μορίων αἴτιον γίνεται τὸ θρομβωθὲν ἐν τραύμασιν αἷμα. διὰ τίνα μὲν οὖν αἰτίαν ὁ πάντων ἡμῖν τῶν χυμῶν οἰκειότατος, ὅταν ψυχθῇ, τηλικούτων ἡμῖν παθημάτων αἴτιον γίνεται, ζητήσεως οὐ σμικρᾶς ἄξιον· ἐναργῶς γε μὴν ἔστι κἀκ τούτου γνῶναι, πηλίκην ἔχουσι δύναμιν αἱ τῶν μοχθηρῶν χυμῶν ποιότητες, ὧν ὥσπερ τινὸς μικροῦ καταφρονοῦσιν ἔνιοι τῶν νῦν ἰατρῶν, ἑπόμενοι τοῖς πρώτοις πλασαμένοις οὕτω γινώσκειν. τὸ γοῦν γάλα πίνουσί τινες ἐπεμβάλλοντες, ἕνεκα τοῦ μὴ τυρωθῆναι κατὰ τὴν γαστέρα, μέλιτός τε καὶ ὕδατος καὶ τρίτου τῶν ἁλῶν. ἄριστον δ' εἰς εὐχυμίαν γάλα τὸ τῶν εὐεκτικῶν ζώων ἐστὶν, ὅταν ἀμελχθῇ, πινόμενον εὐθέως. τὸ δὲ ἑψηθὲν ἐπὶ πλέον παχύχυμον ἱκανῶς γίγνεται, καὶ μᾶλλον ὅταν ἄλευρον πύρινον ἢ κέγχρον ἢ ἄμυλον ἑψήσῃς μετ' αὐτοῦ. τυροὶ δὲ παχύχυμοι

creto in grumos fanguine fit, fi vel in vulnus defluat, vel ventrem, vel inteftinorum aliquod; inde enim et exolvuntur et refrigefcunt, pulfusque tum parvi tum mali evadunt. Quin etiam concretus ad hunc modum in vulneribus fanguis caufa eft, ut putredo celeriter vicinas partes fanas corripiat. Unde igitur fiat, ut humorum noftrorum omnium maxime proprius, poftquam refrixerit, affectus afferat ingentes adeo, difquirendum fane non parum fuerit; inde tamen aperte colligas, quanta fit pravorum humorum qualitatis facultas, quorum rationem nullam ducunt, ut rei vilis, medici quidam hoc tempore, illos fequuti, qui fe primum, ut ita ftatuerent, compararunt. Lac certe, ne coaguletur in ventre, epotant nonnulli addito melle et aqua tertioque ad haec fale. Optimi fucci eft lac, quod bene habitorum animalium fit, ac poft emulfionem ftatim bibatur; at quod decoctum plus jufto fuerit, fucci nimis craffi evadit, potiffimum fi triticeam farinam miliumve aut amylum una decoquas. Cafeus craffo fucco omnis conftat, vetus mali

ἅπαντές εἰσιν, οἱ παλαιοὶ δὲ καὶ κακόχυμοι. τοὺς νεοπαγεῖς δ᾽ ἐγχωρεῖ μετὰ μέλιτος ἐσθίειν πρὸ τῶν σιτίων ὑπαγωγῆς ἕνεκα γαστρὸς, ἧττόν τε γάρ εἰσι παχύχυμοι τῶν παλαιῶν, οὐδ᾽ ὅλως δὲ κακόχυμοι. ὁ δ᾽ ἐξ αὐτῶν πηγνυμένων ἀποῤῥέων ὀῤῥὸς ἱκανῶς ὑπάγει γαστέρα. παχύχυμον δ᾽ ἐστὶν ἔδεσμα καὶ διὰ τοῦτο καὶ τὰς καθ᾽ ἧπαρ παρεμφράττει διεξόδους ὁ διὰ γάλακτος ἢ τυροῦ σκευαζόμενος πλακοῦς, ὁμοίως δ᾽ αὐτῷ καὶ ὁ διὰ σεμιδάλεως καὶ γάλακτος, ἢ καὶ λαγάνων τι καὶ (354) ῥυημάτων προσλαμβάνων. οὐδὲν δ᾽ ἧττον, ὅσα σκευάζουσι διὰ γλεύκους καὶ σεμιδάλεως ἢ ὅλως ἀλεύρου πυρίνου, κακόχυμα πάντ᾽ ἐστί. καὶ αὐτὰ δὲ καθ᾽ αὑτὰ λάγανά τε καὶ ῥυήματα, καὶ πᾶν ἄζυμον ἐκ πυροῦ πέμμα, καὶ μᾶλλον ὅταν καὶ τοῦ τυροῦ τι προσλάβῃ, παχύχυμον ἱκανῶς ἐστιν· ὀνομάζειν δέ μοι δοκοῦσι [424] ταυτὶ τὰ νῦν ὑφ᾽ ἡμῶν καλούμενα λάγανά τε καὶ ῥυήματα κοινῇ προσηγορίᾳ τῇ τῶν ἰτρίων οἱ παλαιοί. παχύχυμοι δέ εἰσι καὶ οἱ κοχλίαι καὶ τῶν ᾠῶν ὅσα μέχρι τελείας πήξεως ἕψουσί τε καὶ ὀπτῶσι. τὰ μὲν γὰρ ταγηνιζόμενα καὶ κακόχυμα γίνεται, καὶ τὴν ἐν τῇ γαστρὶ πέψιν ἔχει κνισσώδη, συνδιαφθείρουσαν ἑαυτῇ καὶ

etiam fucci eft, poffis tamen fubducendae alvi gratia ante cibum recens coagulatos edere cum melle; nam et vetuftis hi craffum minus fuccum obtinent, ac nequaquam pravum. Quod ex coactis defluit ferum, fatis quidem alvum ducit. Cibus etiam fuerit craffus, quique eam ob rem jecoris meatus infarciat, placenta, quam ex lacte et cafeo, quamque ex fimila et lacte parant, aut fi qua lagana aut rhyemata addantur. Nec minus craffi fucci funt, quaecunque ex mufto et fimila parantur, aut in univerfum triticea farina. Ipfa quin etiam per fe lagana et rhyemata, omniaque ex tritico bellaria fine fermento, quoties cafei etiam aliquid adjicitur, craffi valde fucci funt; videnturque mihi veteres, quae nunc lagana et rhyemata vocamus, communi itriorum nomine appellaffe. Craffo fucco conftant cochleae etiam ovaque elixatione aut affatione ad fummum durata; nam quae fartagine friguntur, etiam mali fucci fiunt, ac in ventriculo concoctionem fortiuntur nidorofam, et quae reliquos fecum

Ed. Chart. VI. [424.] Ed. Baf. IV. (354.)

τἄλλα σιτία, καὶ διὰ τοῦτο τῶν ἀπεπτουμένων ἐν τοῖς χείριστα πέφυκεν εἶναι. τὰ δὲ μετρίως ἑψημένα καὶ διὰ τοῦτο καλούμενα τρομητὰ βελτίω καὶ πρὸς πέψιν εἰσὶ καὶ πρὸς ἀνάδοσιν καὶ πρὸς θρέψιν καὶ πρὸς εὐχυμίαν, ὥσπερ γε καὶ τὶ ῥοφητὰ καλούμενα, μετρίως ἑψημένα καὶ διὰ τοῦτο καὶ τὰς τῆς φάρυγγος ἐκλεαίνοντα τραχύτητας, ὅτε μήπω πεπάχυνταί τε καὶ συνῆκται τὸ ἐν αὐτοῖς ὑγρόν. ἀλλὰ καὶ τῶν ἐνύδρων ζώων τά τε μαλάκια καλούμενα, τευθίδες καὶ σηπίαι καὶ πολύποδες, ὅσα τ' ἄλλα τὰ τοιαῦτα, παχὺν καὶ γλίσχρον ἔχουσι τὸν χυμὸν, ὥσπερ καὶ οἱ κητώδεις τῶν ἰχθύων, ἐξ ὧν εἰσιν καὶ οἱ θύννοι. μετριώτεραι δ' αὐτῶν αἱ πηλαμίδες. ἱκανῶς δὲ παχύχυμα τὰ ὄστρεα, ὧν οἱ κήρυκες, αἵ τε πορφύραι καὶ πάνθ' ἁπλῶς τὰ καλούμενα πρὸς Ἀριστοτέλους ὀστρακόδερμα, χῆμαι, λοπάδες, κτένες, πίνναι καὶ τὰ παραπλήσια. πορφύραι μὲν οὖν καὶ κήρυκες σκληροτέραν ἔχουσι τῶν ἄλλων τὴν σάρκα καὶ παχυχυμοτέραν, ὑγροτέραν δὲ καὶ γλισχροτέραν τἄλλα, καὶ μάλιστα πάντων τὰ ὄστρεα.

cibos in corruptelam trahant; proinde inter ea, quae concoctionem fugiunt, omnium pessima sunt. Quae mediocriter elixa fuerunt, eoque vocantur tremula, praestabiliora sunt et ad concoquendum et ad distributionem in corpus et ad nutritionem et ad ſucci bonitatem, quemadmodum ſane et quae ſorbilia vocantur, mediocriter elixa, eam ob rem gutturis aſperitates lenientia, quoad nondum ſpiſſatus eorum humor concreverit. Ex aquatilibus etiam mollia, quae vocant, loligines, ſepiae, polypi aliaque id genus craſſo glutinoſoque ſucco conſtant, ſicuti et cetacei piſces, de quorum genere habentur thunni; his ipſis moderatiores pelamides. Craſſi valde ſucci ſunt oſtrea quoque, buccinae et purpurae, ac breviter quaecunque Ariſtoteles teſtacea appellat, hiatulae, lopades, pectines, pinnae et id genus. Inter haec purpurae et buccinae carnem habent duriorem caeteris ac ſucci craſſioris, reliqua vero humidiorem et viſcidiorem, omniumque maxime oſtrea. Illud expedit

χρὴ δὲ γινώσκειν ἁπάντων αὐτῶν τὸν μὲν χυλὸν ὑπακτικὸν τῆς γαστρὸς, ὥσπερ ἐν τῷ γάλακτι τὸν ὀῤῥὸν, αὐτὸ δὲ τὸ στερεὸν σῶμα βραδυπεπτότερόν τε καὶ παχύχυμον, ὠμοῦ χυμοῦ καὶ παχέος καὶ ψυχροῦ γεννητικόν. ὑπάρχει δὲ τοῦτο καὶ τῇ κράμβῃ καὶ τοῖς φακοῖς ἐναργῶς, ὥσπερ ἑτέροις πολλοῖς ἀμυδρῶς, ὑπὲρ ὧν ἐπὶ πλέον ἐν τοῖς τρισὶν ὑπομνήμασι διῆλθον, ἃ περὶ τῶν ἐν ταῖς τροφαῖς δυνάμεων ἐπιγέγραπται. τὰ μὲν οὖν ἄλλα τῶν εἰρημένων παχυχύμων πάντων ἐστὶ κολλώδη τε καὶ γλίσχρα πλὴν ὧν εἶπον ὀστρακοδέρμων. ἡ κράμβη δὲ καὶ ἡ φακῆ τῆς αὐτῆς τοῦ χυμοῦ φύσεως οὐ μετειλήφασιν, ἀλλὰ τὸν νιτρώδη τε καὶ ὑπακτικὸν ἔχουσι, καθάπερ τὸ δρακόντιον μὲν τὸν δριμὺν τε καὶ πικρὸν ἰσχυρῶς, ἄρον δ' ἀμφότερον μὲν, ἀλλ' ἀμυδρῶς, οἱ βολβοὶ δὲ τὸν αὐστηρόν τε καὶ πικρὸν, οὓς ἐὰν ἐκνίψῃς ἑψήσεσι πλείοσι, τὸ στερεὸν αὐτῶν ἀπολειφθήσεται παχύχυμον ὑπάρχον. ἁπάντων δὲ τῶν τοιούτων ἐδεσμάτων οἱ μύκητες ἔχουσι ψυχρότατόν τε καὶ γλισχρότατον ἅμα καὶ παχὺν χυμὸν, ἐν οἷς ὑπὸ τῶν βωλιτῶν μόνων οὐδεὶς ἱστόρηται τεθνεώς· χολέραν μέντοι

fcire, horum omnium fucco ventrem fubduci, ut et lactis fero, folido autem eorum corpore, quod et difficilius concoquatur et craffi fucci fit, crudum progigni fuccum craffumque ac frigidum. Braffícae ac lenti idem contingit manifefto, ficuti permultis aliis obfcure: de quibus prolixius differuimus commentariis tribus, de alimentorum facultate infcriptis. Atque alia quidem, quorum craffum effe fuccum pronunciavimus, glutinofa omnia et vifcida funt, exceptis teftaceis, quae diximus. Braffica ac lens non eandem fucci naturam fortitae funt, fed nitrofum et quo alvus fubducatur, ficuti dracunculus acrem et infigniter amarum, arum autem utrumque quidem, fed obfcurius, aufterum et amarum bulbi, quos fi elixatione plurima eluas, folidum relinquitur, quod craffi fucci fit. Ex eduliis his omnibus fungis frigidiffimus et glutinofiffimus craffusque fimul fuccus ineft, atque inter hos ex folis boletis nullus fertur interiiffe, qui tamen ipfi choleram etiam nonnullis attulerunt

καὶ οὗτοί τισιν ἤνεγκαν ἀπεπτηθέντες. ὑπὸ δὲ τῆς τῶν ἄλλων μυκήτων ἐδωδῆς ἔνιοι μὲν ἀπέθανον, ἔνιοι δὲ ἐγγὺς ἧκον θανάτου, διαῤῥοίαις ἢ χολέραις ἁλόντες, ἢ πνιγῆναι κινδυνεύσαντες. ἠρέμα δὲ παχύχυμόν ἐστι τὸ καλούμενον ὕδνον, οὐ μὴν κακόχυμόν γε. τῆς δ᾽ αὐτῆς ἰδέας ἐστὶ καὶ τὸ ἄμυλον. ἐπὶ πλέον δ᾽ αὐτῶν ἐστι παχύχυμον, οὐδ᾽ αὐτὸ κακόχυμον, ὁ κῶνος καλούμενος· ὀνομάζουσι δ᾽ οἱ παλαιοὶ καὶ στροβίλους αὐτόν. ἐκ δὲ τῶν παχυχύμων ἐστὶ καὶ ἧπαρ καὶ νεφροὶ καὶ ὄρχεις. ἀλλὰ τὸ μὲν ἧπαρ οὐκ ἔστι κακόχυμον, οἱ νεφροὶ δὲ καὶ ὄρχεις οὐκ εὔχυμοι πλὴν τῶν ἐν τοῖς ἀλεκτρυόσι, καὶ μᾶλλον ὅταν σιτισθῶσιν, ὥσπερ γε καὶ τὸ ἧπαρ τῶν ὑῶν, ὅταν ἰσχάδα ἐσθίωσιν, ὃ καλοῦσι συκωτόν. ὁ δὲ σπλὴν ἐπὶ μὲν τῶν ἄλλων ζώων ἱκανῶς κακόχυμός τε καὶ μελαγχολικὸς, ἐπὶ δὲ τῶν ὑῶν ἧττόν ἐστι τοιοῦτος. ἥ γε μὴν καρδία σκληροτέραν τε καὶ ἰνωδεστέραν ἔχει τὴν οὐσίαν τῶν ἄλλων σπλάγχνων. φαίνεται γὰρ ἐπ᾽ ἐκείνων μὲν ἐν τῷ μεταξὺ τῶν ἀγγείων οὐσία τις αἵματος πεπηγότος, ἐπὶ δὲ τῆς καρδίας ἶνες φαίνονται στερεαὶ πολλαὶ μακραὶ, [425] καθά-

non cocti. At reliquorum fungorum efus quibusdam mortem intulit; nonnulli mortis inde adiere difcrimen diarrhoeis correpti aut choleris, aut ftrangulatu periclitantes. Tuber, quod vocant, craffo modice fucco praeditum eft, non tamen malo; ejusdem modi eft amylum quoque. His ipfis craffioris fucci plus habet nucleus pineus, qui tamen ne ipfe quidem mali fucci eft: veteres hunc etiam ftrobilum appellant. Inter ea, quae craffi fucci funt, jecur quoque et renes et teftes cenfentur. Jecur tamen mali fucci non eft; renes ac teftes non fane boni, nifi gallinaceorum, praefertim altilium; quod genus fuillum quoque jecur eft, quod, quum caricas ederint, ficatum vocant. Animalium aliorum lieni fatis malus fuccus ineft et melancholicus, in fuibus non perinde talis. Cor certe fubftantia conftat vifceribus caeteris et duriore et fibrofa magis; in illis namque, vaforum in medio, fubftantia quaedam cernitur concreti fanguinis, at in corde fibrae vifuntur folidae multae longae, quem-

περ ἐν τοῖς μυσὶν, αἷς περιπέπηγεν ἡ σαρκώδης οὐσία. διό τινες αὐτὴν ἐν τῷ γένει τῶν μυῶν τάττουσιν, ὧν ἡ οὐσία τὸν ὄγκον ἐργάζεται τοῦ σώματος ἡμῶν ἅπαντα καὶ τὴν ὀνομαζομένην κυρίως σάρκα, τὴν ἐπὶ τῶν ἱερείων ἐσθιομένην. ἀλλ' αἱ μὲν ἀρχαὶ τῶν μυῶν, ἃς δὴ καὶ κεφαλὰς αὐτῶν ὀνομάζουσι, νευρωδέστεραί πώς εἰσιν, ἐκ τῶν ὀστῶν, ὅθεν ἄρχονται, συνδέσμους ἐκπεφυκότας ἐνδιασπειρομένους αὐταῖς ἔχουσαι· κατὰ δὲ τὰς τελευτὰς οἱ καλούμενοι τένοντες ἀποφύονται. καὶ κατὰ τοῦτο νευρωδέστερα τὰ πέρατα τῶν μυῶν εἰσιν ἑκάτερα, καθάπερ τὸ μέσον ἅπαν σαρκῶδες, ὃ δὴ καὶ τροφιμώτατόν ἐστι καὶ καλεῖται σὰρξ ὑπὸ τῶν ἀνθρώπων, οὐχ ὁρώντων αὐτῶν τὰς ἶνας ὑπὸ λεπτότητος, αἳ ἐκ τῶν συνδέσμων καὶ τῶν νεύρων εἰς αὐτὴν διασπειρομένων ἐγένοντο. κἀπειδὴ τοῦτο σάρκα καλεῖν ἔφθασαν, εἰκότως ὀνομάζουσι μῦν τήν τ' ἀρχὴν καὶ τὴν τελευτὴν αὐτοῦ μόνας. ἔχει δὲ οὐχ οὕτως, ἀλλ' ὅλως μὲν ὁ μῦς κατὰ μίαν ἰδίαν περιγραφὴν ὁρᾶται χωριζόμενος ἀπὸ τῶν ἄλλων, ἐνεργεῖ δέ τινα μίαν ἐνέργειαν ἐκ τῶν προαιρετικῶν κινήσεων· οὕτως γὰρ ὀνο-

admodum in mufculis, circa quas carnofa fubftantia concrevit. Proinde funt qui cor in mufculorum genere reponant, quorum fubftantia molem conftituit corporis noftri univerfam, eamque, quae proprie caro vocatur, quam in victimis edimus. Caeterum mufculorum principia, quae capita quoque vocant, quadantenus nervorum plus habent, difperfis per haec ligamentis, ex offibus, unde initium fumunt, ortis; fub extremum tendines exoriuntur, quos vocant. Eamque ob rem extremae mufculorum partes utrinque nervofiores funt, ficuti carnofum, quod medium eft totum, quod et maxime nutrit: vocaturque caro ab hominibus, qui fibras prae tenuitate infpicere nequeunt, ex ligamentis nervisque per hanc difperfis enatas; quumque hoc carnem jam coeperint nominare, jure mufculum vocant principium hujus extremumque tantum. Atqui non ita fe habet res, verum mufculus quidem totus circumfcriptione propria quadam feparatus cernitur ab aliis, ipfe tamen fuam quandam actionem obit ex motibus voluntariis, (fic enim vocant has, a naturalibus

μάζουσιν αὐτὰς, ἀπὸ τῶν ἀπροαιρέτων τε καὶ φυσικῶν διοριζόμενοι· τὰ μέρη δ᾽ αὐτοῦ τὰς εἰρημένας ἔχει διαφοράς. ἐν δὲ τοῖς ἄκροις τῶν ζώων ὀλιγίστη μέν ἐστι σὰρξ, τὸ πλεῖστον δ᾽ ὀστῶδές τε καὶ νευρῶδες, οὐχ ἕνεκα τοῦ προαιρετικοῦ καλουμένου νεύρου, (μικρὸν γὰρ τοῦτ᾽ αὐτοῦ,) ἀλλὰ τοῦ συνδετικοῦ, καὶ μετ᾽ αὐτὸ τοῦ τένοντος μὲν ὑπὸ τῶν παλαιῶν Ἑλλήνων, ἀπονευρώσεως δὲ ὑπὸ τῶν νεωτέρων ἰατρῶν ὀνομαζομένου. γλίσχρα καὶ ἱκανῶς εἰσι καὶ κολλώδη ταῦθ᾽ ἑψηθέντα, καὶ διὰ τοῦτο καὶ ἡ ἐξ αὐτῶν τροφή. τῆς δὲ αὐτῆς φύσεως καὶ τὰ περὶ τὰ χείλη μόρια τῶν πεζῶν ζώων· γλίσχρον μὲν γὰρ, οὐ μὴν παχύν γε τὸν χυμὸν ἐργάζεται. δηλοῖ δὲ καὶ ἡ ἕψησις, ἐπὶ πλεῖστον ἐξοιδίσκουσά τε καὶ διαλύουσα τὰ τοιαῦτα σώματα. πεφθῆναί γε μὴν ἐπιτήδεια καὶ ταῦτα, καὶ τὰ πτερὰ τῶν πτηνῶν ζώων τῷ κοινῷ λόγῳ τῶν γυμναζομένων σωμάτων· ἀπέριττα γὰρ πάντα ταῦτα, καθάπερ τῶν ἀργούντων περιττωματικά. τό γε μὴν δέρμα τῶν λιπαρῶν ὑῶν, ὅταν ἑψηθῇ καλῶς, κολλώδη μὲν ἔχει καὶ λιπαρὸν χυμὸν, οὐ μὴν ἱκανῶς γε παχὺν, οὐδὲ πεττόμενον ὡσαύτως

et involuntariis divifas,) partes autem ipfius praedictas differentias fortiuntur. Porro extremis animalium partibus minimum ineft carnis, offei vero ac nervofi plurimum; neque id tamen ob nervum voluntarii motus auctorem, (parvus enim is eft,) fed ob eum, qui colligat, tendonemque praeterea, fic a veteribus medicis vocatum, a recentioribus autem aponeurofeos nomine. Vifcida haec immodice et glutinofa funt, ubi elixa fuerint; atque ideo horum etiam alimentum. Neque abfimilis naturae funt pedeftrium animalium labra, atque his propinqua, ut quae vifcidum, minus licet craffum, fuccum generent; id quod vel elixatio ipfa declaret, qua hujuscemodi corpora plurimum intumefcunt et diffolvuntur. Concoctioni tamen haec quoque accommoda funt, animaliumque volatilium alae, communi exercitatorum corporum ratione; quippe quae excrementis vacant omnia, ficuti his abundant, quae otiofa funt. Pinguium tamen porcellorum cutis probe elixa habet illa quidem glutinofum pinguemque fuccum, at non valde craffum, nec qui, ut extremae

τοῖς ἄκροις, ὥσπερ οὐδ' εὔχυμον ὁμοίως ἐκείνοις, ἀλλὰ περιττωματικώτερον. παχύχυμον δὲ μόριόν ἐστι τοῦ ζώου καὶ ὁ ἐγκέφαλός τε καὶ ὁ νωτιαῖος μυελός· οἱ δ' ἀδένες μετρίως τοιοῦτοι, καὶ διὰ τοῦτο καὶ οἱ τῶν νέων ἱερείων ὄρχεις. κοινὸν γὰρ δὴ καὶ τοῦτο περὶ πάντων τῶν ἐν τοῖς ζώοις μορίων μεμνῆσθαί σε χρὴ, σκληρὰ μὲν καὶ ξηρὰ καὶ δύσπεπτα γίνεσθαι τὰ τῶν πρεσβυτέρων, ὑγρὰ δὲ καὶ μαλακὰ καὶ διὰ τοῦτ' εὐπεπτότερα τὰ τῶν νεωτέρων, πλὴν εἰ μὴ μετὰ τὴν ἀποκύησιν εὐθὺς ἐσθίοιτο· βλεννώδη γὰρ ἅπαντα ταῦτα, καὶ μάλιστα τῶν ὑγροτέραν ἐχόντων φύσει τὴν σάρκα, καθάπερ ἀρνῶν τε καὶ χοίρων. τὰ δὲ τῶν ἐρίφων τε καὶ μόσχων, ἐπειδὴ ξηρότερα φύσει τὰ ζῶα, πολὺ βελτίω καὶ πρὸς πέψιν ἐστὶ καὶ πρὸς τροφήν. οὕτως οὖν ἔχει καὶ κατὰ τοὺς ὄρχεις τε καὶ τοὺς ἀδένας, οὐχ ἥκιστα δὲ καὶ τὴν γλῶτταν· ἔστι γάρ πως καὶ ἡ ταύτης φύσις (355) ἀδενώδης. οἱ δ' ἐν τοῖς τιτθοῖς ἀδένες, ὅταν ἐν αὐτοῖς ἔχωσι τὸ γάλα, καλοῦνται μὲν οὔθατα, παχύχυμον δ' εἰσὶν ἔδεσμα· καὶ εἰ τὸ ζῶον

partes, ſimiliter concoquatur, quemadmodum plane nec aeque bonum atque harum, ſed excrementitium magis. Pars eſt in animali craſſi ſucci cerebrum quoque et ſpinalis medulla. Tales mediocriter ſunt glandulae, atque ob id victimarum quoque novellarum teſtes. Illud enim in communi de univerſis animantium partibus meminiſſe convenit, duras ſiccasque evadere ac concoctioni rebelles aetate confectorum, humidas contra ac molles, et quae ob id facilius concoquantur, iuniorum, niſi ab edito ſtatim partu edantur, ut quae mucoſae omnes ſint, praeſertim animalium, quae humidiore carne praedita ſunt natura, cujusmodi agnorum caro eſt ac porcellorum; nam hoedorum et vitulorum, quod animalia haec ſicciora natura ſint, longe magis et concoctioni accommoda eſt et alimento exhibendo. Ad eundem modum ſe res habet in teſtibus et glandulis, nec minus in lingua; nam et hujus natura aliquo pacto glanduloſa eſt. Mammarum vero glandulae, quum lac in ſe continent, ubera vocantur, cibum autem praeſtant craſſum; et ſiquidem bene

εὐεκτοῦν εἴη, καὶ ἡ ἐξ αὐτῶν τροφὴ πολλή τε ἅμα καὶ εὔχυμος γίνεται. [426] καὶ γάρ τοι καὶ τοῦτο τῶν κοινῶν ὂν ἄμεινον ἅπαξ ἀκούσαντά σε πρόχειρον ἔχειν τῇ μνήμῃ. γέγραπται γοῦν ὑπὸ πάντων ἰατρῶν περὶ γάλακτος, ὡς εὐχυμότατον εἴη. καὶ διὰ τοῦτό τινες ἡγοῦνται τοὺς ἐν πνεύμονι ἴσχοντας ἕλκος ὑπὸ μόνου τούτου θεραπεύεσθαι, πρὸ τοῦ μέγα δηλονότι καὶ τυλῶδες αὐτὸ γενέσθαι. τὸ δὲ τῆς γυναικὸς, ὡς ἂν οἰκεῖόν τε καὶ ἐκ τῆς αὐτῆς φύσεως ἡμῖν ὑπάρχον, ἐπαινοῦσι πρὸ τῶν ἄλλων εἰς τὰ φθινώδη πάθη. καὶ ἄλλοι μέν τινες ἰατροὶ, καὶ μάλιστα Εὐρυφῶν τε καὶ Ἡρόδοτος, ἀξιοῦσί γε θηλάζειν, ὥσπερ τὰ παιδία τὴν γυναῖκα, τοὺς οὕτως ἔχοντας· ἐκπεσὸν γὰρ τῶν τιτθῶν εὐθέως ἀποβάλλει τι τῆς οἰκείας ἀρετῆς. εὔδηλον οὖν, ὅτι πάντων ἐδεσμάτων ὡς εὐχυμότατον προκέκριται, μάλιστα μὲν ὑπὸ τούτων, οὐχ ἥκιστα δὲ καὶ τῶν ἄλλων ἰατρῶν. ὃ δὲ κοινὸν ἔφην, οὐκ ἐπὶ τῷδε μόνον, ἀλλὰ καὶ πολλοῖς ἄλλοις ἐδέσμασι γινώσκειν χρῆναι, τοῦτο δὴ καὶ λέξω. τῶν μὲν εὐεκτικῶν ζώων

habitum animal fuerit, multum inde ac boni fucci alimentum exiftit; etenim hoc quoque, quum ex iis fit, quae in univerfum pronunciantur, praeftat femel auditum promptum habere memoria. Lac quidem optimi effe fucci ab omnibus medicis fcriptum reperitur; atque ideo funt, qui exiftiment, quibus ulcus in pulmone fuerit, poffe folo hujus ufu fanari, duntaxat antequam magnum id et callofum fiat. Muliebre porro lac, ut familiare ejusdemque nobiscum naturae, caeteris praeferunt ad tabificos affectus cum alii quidam medici, tum vero Euryphon in primis et Herodotus; atque ita affectis praecipiunt, mulieris mammam infantium ritu exugant, quoniam, ut mammis primum excidit, propriae facultatis nonnihil deperdat. Eft itaque manifeftum, lac cibis reliquis, ut optimi omnium fucci, praelatum fuiffe, horum quidem praecipue, nec minus tamen aliorum quoque medicorum judicio. Caeterum quod dicebamus fciri oportere non de his folum, fed etiam de eduliis aliis multis, in univerfum jam accipe. Animalium bene quidem habito-

εὔχυμόν ἐστι τὸ γάλα, τὸ δὲ τῶν καχεκτικῶν ὡσαύτως τῷ κατὰ τὸ ζῶον αἵματι κακόχυμον· οὐ γὰρ ἐνδέχεται, κακοχύμου τοῦ παντὸς σώματος ὄντος, εὔχυμον εἶναι τὸ γάλα. διὰ τοῦτ᾽ ἔφην, ἐπὶ τῶν εὐεκτούντων ζώων ἄριστον μὲν εἶναι τὸ γάλα πρὸς εὐχυμίαν· οὕτως δὲ καὶ τοὺς ἀδένας, αὐτούς τε τούτους, ἐν οἷς τὸ γάλα περιέχεται, καὶ τοὺς ἄλλους ἐν τοῖς ὑγιεινοῖς ζώοις εὐχύμους εἶναι· κατὰ δὲ τὸν αὐτὸν λόγον ἧπάρ τε καὶ ὄρχεις. οὐδὲ γὰρ ταῦτα τοῖς κακοχύμοις ἐστὶ ζώοις εὔχυμα· διὰ τοῦτο δὲ οὐδὲ τοῖς γεγηρακόσιν· οὐδὲν γὰρ τούτων εὔχυμον. ὅσα δ᾽ ἔτι θηλάζει ζῶα, τῆς μητρὸς αὐτῶν ἐχούσης εὔχυμον γάλα, ταῦτα καὶ τοῖς ἄλλοις μὲν ἅπασι μορίοις ἄριστα διάκειται σφῶν αὐτῶν, εὔχυμον δ᾽ ἔχει καὶ τὸ ἧπαρ. ὁποῖον δέ τινα χυμὸν γεννᾷ τἄλλα μόρια τῶν ζώων, ὀλίγον ὕστερον εἰρήσεται· νυνὶ γὰρ, ἐπειδὴ περὶ τῶν παχυχύμων ἠρξάμην διέρχεσθαι, πρότερον εὔλογόν ἐστιν, ἐπὶ τὴν τελευτὴν αὐτῶν ἀγαγόντα τὸν λόγον, οὕτως ἐπὶ τἄλλα μεταβαίνειν. ὀλίγων οὖν ἔτ᾽ ὄντων τοιούτων, ἐπ᾽ αὐτὰ βαδιοῦμαι, διορίζων ἐν αὐτοῖς τὰ κακόχυμα τῶν εὐχύμων· αὕτη

rum lac boni ſucci eſt; at male habitorum non aliter, atque animalis ſanguis, mali; neque enim fieri poteſt, ut, quum mali ſucci corpus totum fuerit, boni ſucci reperiatur lac. Eam ob rem diximus, in bene habitis animalibus optimum eſſe ad ſucci bonitatem lac; eodemque modo glandulas ſucci boni eſſe, cum eas ipſas, quae lac continent, tum alias, quae animalium ſanorum ſunt. Eadem ratione ſe habent jecur ac teſtes: nam ne haec quidem in mali ſucci animalibus bono conſtant ſucco, ideoque nec in aetate provectis, quorum nullum boni ſucci ſit; animalia autem, quaecunque etiamnum lactentia, ſiquidem boni ſucci parentis lac ſit, ipſa quum alias partes omnes, ſi quando alias, affectas optime habent, tum vero jecur boni ſucci. Animalium porro partes reliquae cujusmodi ſuccum progignant, paulo poſt dicetur; nunc enim, poſtquam coepi de craſſi ſucci cibis diſſerere, ſatius fuerit, impoſito prius orationi huic fine, ſic demum ad alia tranſire. Pauca igitur quum reliqua ſint hujusmodi, jam me ad ea conferam, atque ea hic ſecernam, quae mali

Ed. Chart. VI. [426.] Ed. Baſ. IV. (355.)

γὰρ ἡ χρεία τοῦ νῦν ἡμῖν ἀνυομένου λόγου, σκοπὸν ἔχοντος, εὐχυμίαν μὲν ἐργάζεσθαι, φεύγειν δὲ κακοχυμίαν. ἐπεὶ δὲ, ὡς κατ᾽ ἀρχὰς εἶπον, ἡ τῶν παχυχύμων ἐδεσμάτων οὐσία δυσδιάπνευστόν τε τὸ σῶμα κατασκευάζει καί τινας ἐμφράξεις ἐργάζεται, καὶ μάλιστα καθ᾽ ἧπάρ τε καὶ νεφροὺς, διὰ τοῦτο συνεβούλευον ἀφίστασθαι τῆς διηνεκοῦς χρήσεως αὐτῶν, εἰ καὶ τῶν εὐχύμων εἴη. τὰ μὲν γὰρ κακόχυμα παντὶ τρόπῳ φευκτέον, ἐάν τε παχεῖς, ἐάν τε λεπτοὺς ἐργάζηται τοὺς ἐν ἡμῖν χυμούς. εἴρηται δὲ καὶ ὅτι μόνοις τοῖς σφοδρῶς γυμναζομένοις, ἐὰν καὶ τὰ σπλάγχνα μὴ κακῶς ᾖ φύσει κατεσκευασμένα, δυνατόν ἐστιν ἐν τοῖς παχυχύμοις τε καὶ γλίσχροις ἐδέσμασι διατρίβουσι μὴ βλάπτεσθαι, τῶν δ᾽ ἄλλων οὐδενί. τῶν τοίνυν παχυχύμων ἐδεσμάτων ἐστὶ καὶ τὸ τῶν βαλάνων γένος ἑκατέρων, ὅσαι τ᾽ ἐπὶ ταῖς δρυσὶ γίνονται καὶ ὅσαι τῶν φοινίκων εἰσὶν ὁ καρπός. ὀνομάζουσιν δ᾽ οἱ ἄνθρωποι τὰ μὲν τῶν φοινίκων] ὁμωνύμως αὐτῷ τῷ φυτῷ φοίνικας, ὅσαι δ᾽ ἐπὶ ταῖς δρυσὶ, τὰς μὲν καὶ τοῖς ἀνθρώποις ἡδέως ἐσθιομένας καστανέας, ἔνιοι δὲ καστάνια κατὰ τὸ καλούμενον οὐ-

ſucci ſunt, ab iis, quae boni, ſiquidem is ſit orationis, quam nunc molimur, uſus, propoſito ſibi hoc ſcopo, ut ſucci bonitatem invehat, vitet malitiam. Quoniam autem, ſicuti initio dixi, eſculentorum ſubſtantia, quae craſſi ſucci ſunt, corpus aegre perſpirabile reddit et obſtructiones aliquas facit, potiſſimum jecinoris ac renum, idcirco conſulebam, ne aſſiduus eſſet eorum uſus, etiamſi bono eſſent ſucco praedita; nam quae mali ſucci ſunt, fugienda prorſus, craſſos ea tenuesve ſuccos noſtros faciant. Jam illud quoque diximus, his, qui ſe vehementer exercent, licere citra noxam, ſi viſcera praeterea habuerint bene natura conſtituta, craſſis viſcidisque cibis frequenter uti, caeterorum autem nulli. Igitur inter craſſi ſucci cibos glandium genus utrumque eſt, tam quas quercus producit, quam quae palmarum fructus ſunt: vocantque palmarum glandes eodem, quo arborem, nomine palmas, quas vero quercus fert, cibum hominibus ſuavem praebentes caſtaneas, quidam caſtanea neutro gene-

δέτερον γένος· οἵ γε μὴν ἐμοὶ πολῖται, καθάπερ οὖν καὶ ἄλλοι τῶν ἐν Ἀσίᾳ, Σαρδιανάς τε καὶ Λευκήνας ὀνομάζουσιν αὐτὰς ἀπὸ τῶν χωρίων, ἐν οἷς πλεῖσται γεννῶνται. τὸ μὲν οὖν ἕτερον τῶν ὀνομάτων τούτων εὔδηλόν ἐστιν ἀπὸ τίνος γέγονε· [427] Λευκῆναι δὲ ἀπὸ χωρίου τινὸς ἐν τῷ ὄρει τῇ Ἴδῃ τὴν προσωνυμίαν ἐσχήκασιν, ὃ πληθυντικῶς ὀνομάζουσιν παραπλησίως τῷ Θῆβαι. ταύτας μὲν οὖν τὰς βαλάνους, ὡς ἔφην, ἐσθίουσιν οἱ ἄνθρωποι ποτὲ ὠμὰς, ἐνίοτε δὲ ὀπτῶντες ἢ ἕψοντες. αἱ δ᾽ ἄλλαι προμήκεις μέν εἰσι κατὰ τὸ σχῆμα παραπλησίως ταῖς τῶν φοινίκων, ἔδεσμα δ᾽ ὑσὶ μᾶλλον ἢ ἀνθρώποις οἰκεῖον, ἄχρις ἂν μή τις ἀνάγκη μεγάλη καταλάβῃ τῆς ἐδωδῆς αὐτῶν· ἐν γὰρ τοῖς μεγάλοις λιμοῖς καὶ τοῦτο συμβαίνει. τὰς δὲ τῶν πρίνων βαλάνους, ἃς ἀκύλους ὀνομάζουσιν Ἕλληνες, εἰσὶ δὲ στρυφναὶ καὶ σκληραὶ καὶ διὰ τοῦτ᾽ ἀηδεῖς, κἂν ἑφθάς τις προσφέρηται, δυσπέπτους καὶ παχυχύμους οὔσας φυλάττεσθαι χρή. πρόδηλον δ᾽, ὅτι τοῦ στύφοντος χυμοῦ διαφοραί τινές εἰσι κατὰ τὸ μᾶλλόν τε καὶ ἧττον ὁ αὐστηρός τε καὶ στρυφνὸς, ἐκλελυμένης μὲν ἐν τοῖς αὐστηροῖς, ἐπιτεταμένης δ᾽ ἐν τοῖς στρυφνοῖς τῆς στυφούσης

re, ut vocant; cives tamen, ficut alii quoque Afiae incolae, Sardianas eas appellant et Leucenas a regionibus, in quibus multae illae proveniunt. Atque alterum quidem vocabulorum, non obfcurum eft, unde profectum fit; at Leucenae a loco quodam montis Idae nomenclaturam fortitae funt, quem plurali numero vocant, ut Thebae. Ergo glandes, ficuti diximus, hujusmodi nunc crudas edunt homines, nunc affas, interdum elixas; aliae vero, quae figura, ut in palmulis, oblonga cernuntur, cibus funt fuibus magis, quam hominibus, accommodus, nifi fi quando harum ufus ingruat neceffarius valde; id quod in maxima fame ufu venit. Ilicum porro glandes (Graeci *ἀκύλους* vocant), quae aufterae ac durae, ideoque infuaves funt, vitare expedit, ut concoctioni adverfantes ac craffi fucci, etiamfi quis elixas fumat. Quod autem aftringentis fucci differentiae quaedam fint aufterus et acerbus majoris minorisque ratione,' perfpicuum eft, aftringente qualitate remiffiore in auftero, ficuti in acerbo intenfiore in-

ποιότητος. ἀλλ' ὅσον γε τῶν βαλάνων αἱ ἄκυλοι στρυφνότεραι, τοσοῦτον τῶν καστανίων αἱ βάλανοι. πάνυ γὰρ ἀσθενῆ ταῦτα τὴν στύφουσαν ἔχει ποιότητα, τῶν παχυχύμων ἐδεσμάτων ὄντα ταῖς ἄλλαις βαλάνοις ὡσαύτως, ἀλλ' ἧττόν τε στεγνοῖ τὴν γαστέρα καὶ μᾶλλον ἐκείνων πέττεται καὶ οὐδ' ὅλως ἐστὶ κακόχυμα. φυλάττεσθαι δὲ δηλονότι χρὴ καὶ τούτων τὸ πλῆθος, οὐ μόνον ὅτι παχύχυμόν ἐστι πολλοῖς τῶν εἰρημένων ὡσαύτως, ἀλλ' ὅτι καὶ στεγνωτικὰ τῆς κοιλίας καὶ δύσπεπτα καὶ φυσώδη. τῶν δὲ φοινίκων ὁ καρπὸς, ὃν ἔφην ἅπαντας Ἕλληνας ὀνομάζειν φοίνικας ὁμωνύμως τῷ δένδρῳ, στύφοντός τε ἅμα καὶ γλυκέος χυμοῦ μετέχει. τινὲς δὲ τῶν νεωτέρων ἰατρῶν ἐν συνθέτῳ προσηγορίᾳ φοινικοβαλάνους ὀνομάζουσιν αὐτοὺς, οὐ μὴν παρά γε τοῖς παλαιοῖς Ἕλλησιν εὗρον τοὔνομα· φοινίκων γὰρ ἐκεῖνοι βαλάνους τὸν καρπὸν τοῦτον, οὐ φοίνικας, οὐδὲ φοινικοβαλάνους ὀνομάζουσιν. ἀλλ' οὐ πρόκειται νῦν ἡμῖν ὀνόματα διαστέλλεσθαι, σχολὴν ἀγόντων ἀνθρώπων σπούδασμα, καὶ τούτων οὐ πάντων, ἀλλ'

tenfa. Sed quanto glandibus acerbae magis funt acyli, tanto fane magis glandes caftaneis; hae namque aftringentem qualitatem imbecillam valde poffident, quum inter craffi fucci cibos fint non aliter, atque aliae glandes; ventrem tamen minus aftringunt et, quam alterae illae, facilius concoquuntur, nec mali fucci quicquam obtinent. Atque harum tamen quoque fugienda copia, non eo folum, quod aeque, ac dictorum pleraque, craffi fucci fint, fed etiam quod ventrem fiftant et aegre concoquantur, flatumque procreent. Caeterum palmarum fructus, quem omnes (uti diximus) ducto ex arbore nomine palmulas vocant, aftringentis dulcisque fucci particeps eft. Sunt ex recentioribus medicis, qui eas Graece *φοινικοβαλάνους* appellent voce compofita; neque tamen veteres Graecos ita nominaffe invenio, illi enim fructum hunc palmarum glandes vocarunt, non *φοίνικας*, aut *φοινικοβαλάνους*. Verum propofita nobis hoc tempore non eft nominum diftinctio, quae hominibus in otio degentibus ftudio fit, neque his omnibus, fed iis tantum, qui-

ὅσοι τῇ παλαιᾷ τῶν Ἀττικῶν ἐγνώκασι χρῆσθαι φωνῇ. τοῦ δ' ὑγιαίνειν ἅπαντες μὲν ἄνθρωποι δέονται, δύνανται δ' οὐ πάντες, ὡς χρὴ, διαιτᾶσθαι δι' ἀκρασίαν, ἢ ἀσχολίαν, ἢ ἄγνοιαν ὧν χρὴ ποιεῖν. ἀλλ' ὅσοι καὶ γνῶναι δύνανται δίαιταν ὑγιεινὴν, καὶ ζῆν κατ' αὐτὴν προήρηνται, τούτοις τόδε τὸ γράμμα σύγκειται. κατὰ μὲν τὰς ἀκύλους τε καὶ τὰς τῶν δρυῶν βαλάνους καὶ τὰ καστάνια τοῖς κατὰ μέρος δένδροις οὐ μεγάλη τις διαφορὰ τοῦ καρποῦ, κατὰ δὲ τοὺς φοίνικας ἀξιόλογος. εἰ γὰρ παραβάλλοις τὸν Αἰγύπτιον φοίνικα, σκληρὸν καὶ αὐστηρὸν καὶ ξηρὸν ὄντα, τῷ καλουμένῳ πατητῷ, γλυκεῖ μὲν ἱκανῶς ὄντι, βραχείας δὲ μετέχοντι στύψεως, ἐναντίαν ἔχειν σοι δόξουσι τὴν φύσιν. οἱ δ' ἄλλοι μεταξὺ τούτων εἰσὶν, οἱ μὲν μᾶλλον, οἱ δ' ἧττον αὐστηρότητός τε καὶ γλυκύτητος μετέχοντες. ὁ δ' ἐξ αὐτῶν χυμὸς παχύς τέ ἐστι καὶ ῥᾳδίως ἐμφραττόμενος ἥπατι. καὶ γάρ τοι καὶ τοῦτο περὶ τῶν παχυχύμων τε καὶ γλυκέων ἐδεσμάτων ἐπίστασθαί τε καὶ μεμνῆσθαι καλὸν, ὡς ἥπατός τε καὶ σπληνὸς ἐμφρακτικὸς ὁ

bus ftatutum eft, ut veteribus Atticorum vocabulis utantur. Incolumitate vero omnes quidem opus habent, neque tamen omnes, qualem deberent, fervare victus rationem poffunt ob intemperantiam, aut negotia, aut eorum, quae peragenda effent, ignorantiam; quicunque vero falubrem victus rationem intelligere queunt, hujusque legibus vivendum fibi effe ftatuerunt, his liber hic componitur. In acylis igitur et quercuum glandibus et caftaneis privatim pro arborum diverfitate non multum ineft in fructu difcriminis, at in palmulis ineft, quod merito notetur. Nam fi Aegyptias palmulas, quae durae, aufterae ac ficcae habentur, iis, quas patetas vocant, contuleris, quae praedulces funt, ac modice praeterea aftringunt, videri poffint contraria inter fe effe natura praeditae; aliae autem harum in medio locantur, quae majorem minoremve aufteritatem aut dulcedinem participent, harumque fuccus craffus eft et qui facile jecur obftruat. Illud enim de dulcibus ac craffi fucci cibis fciendum ac memoria fervandum, horum fcilicet fucco jecoris

ἐξ αὐτῶν ἐστι χυμός. εἰ δὲ καὶ βραχεῖά τις ἀρχὴ φλεγμονῆς εἴη κατὰ τὰ σπλάγχνα, ταύτην αὐξάνουσιν ἱκανῶς, ὥσπερ γε καὶ τὰς πνευματώσεις καὶ τὰς σκιῤῥώδεις διαθέσεις παροξύνουσι καὶ δηλονότι καὶ τὰς τῶν ἀποστημάτων γενέσεις. ἀλλ᾽ ἴσως ταῦτα ποῤῥώτερον καὶ τῆς ὑγιεινῆς διαίτης ἐστὶν, ἧς μόριον ὁ προκείμενος ἐκδιδάσκει λόγος. ἐπ᾽ αὐτὰ οὖν αὖθις ἴωμεν, ὅσα τῶν παχυχύμων ἐστὶ καὶ γλυκέων ἐδεσμάτων προστιθέντες· [428] ἔνια μὲν γὰρ αὐτῶν (356) παχύχυμα μόνον ἐστὶν, ὥσπερ ἡ φακῆ, γλίσχρα δ᾽ ἄλλα, καθάπερ ἡ μαλάχη, τινὰ δ᾽ ἄμφω πέπονθεν, ὥσπερ τά θ᾽ ὑπ᾽ Ἀριστοτέλους ὀστρακόδερμα καλούμενα καὶ τὰ μαλάκια.

Κεφ. έ. Καλλίστη δὲ τροφὴ τοῖς σώμασιν ἡμῶν ἀπὸ τῶν μήτε παχυχύμων, μήτε γλίσχρων, ἐξ ὧν αἷμα σύμμετρον τῇ συστάσει γεννᾶται. μοχθηρὸν γοῦν ἐστι καὶ τὸ λίαν λεπτόν· βραχείας γὰρ οὔσης τῆς ἐξ αὐτοῦ τροφῆς, ἀσθενῆ καὶ ἰσχνὰ γίνεται τὰ οὕτω διαιτώμενα σώματα. κάλλιστα τοίνυν εἰς ὑγείαν ἐστὶν ἐδέσματα τὰ μέσην ἔχοντα τῶν εἰρημένων τὴν φύσιν, ὡς μηδὲν ἐπικρατεῖν ἐν αὐτοῖς ἰσχυρῶς

ac lienis vias impediri. Quod ſi viſcera phlegmone praeterea laborare paulum coeperint, hanc ipſam valde adaugent, ſicuti ſane flationes affectusque ſcirrhoſos et abſceſſuum exortus irritant. Atque haec longius fortaſſe a ſalubri victu receſſerint, cujus partem inſtitutus nobis ſermo edocet. Rurſus igitur ea aggrediamur, addamusque reliquos craſſi dulcisque ſucci cibos: ſunt enim quidam ex iis, quibus craſſus tantummodo ſuccus inſit, ut lenti; quidam autem viſcidi ſunt, ut malva; quibusdam utrumque ineſt, quod genus ſunt, quae Ariſtoteles oſtracoderma teſtacea et mollia appellat.

Cap. V. Optimum conciliatur alimentum corpori noſtro ex iis, quae neque craſſi, neque glutinoſi ſucci ſunt, unde ſanguis generetur conſiſtentia mediocris: nam qui tenuis valde ſit, vitioſus certe fuerit; quum enim exiguum ex hoc alimentum conſtet, imbecilla ac macilenta fiunt corpora, quae ſic nutriuntur. Optime igitur ad incolumitatem faciunt cibi, qui mediam inter praedictos naturam ſortiti ſunt, ut nihil in iis viſcidi valde aut glutinoſi exupe-

γλίσχρον, μήτ᾽ αὖ τὸ κολλῶδες. ἀλλὰ καὶ τὸ τελέως ψαθυρὸν, ὡς μηδὲ τοὐλάχιστον ἔχειν χυμοῦ κολλώδους, μοχθηρόν. οἱ γοῦν ἐξ ἐλύμου τε καὶ κέγχρου σκευαζόμενοι τῶν ἄρτων ἐγγὺς ἥκουσι τοῦ δόξαι τινὰ ψάμμον ἢ τέφραν ἐσθίειν. διὸ καὶ δεῖται τὸ γιγνόμενον ἐξ αὐτῶν ἔτνος, ὥσπερ γε καὶ ἡ λέκιθος, ἅπασι τοῖς λιπαροῖς τε καὶ γλίσχροις μεμίχθαι. λίπος τε οὖν συῶν καὶ στέαρ αἰγῶν, ἔλαιον καὶ γάλα προβάτων ἢ βοῶν ἐπιβάλλοντες αὐτοῖς οἱ κατὰ τοὺς ἀγροὺς ἐσθίουσιν. ἔτνος οὖν ὀνομάζω τὸ ἐκ τῶν ἐρειχθέντων ὀσπρίων τε καὶ χεδρόπων σκευαζόμενον, λέκιθον δὲ τὸ ἐκ τῶν ἀλεσθέντων ἄλευρον ἑψόμενον ἐν ὕδατι, προσεμβαλλομένου τινὸς λίπους. ἔνια δὲ τῶν ἐδεσμάτων αὐτὰ μὲν ἐφ᾽ ἑαυτῶν ὁρώμενα πρὸ τοῦ τῆς οἰκείας τυχεῖν παρασκευῆς, εἴτ᾽ οὖν δι᾽ ἑψήσεως εἴτε καὶ δι᾽ ὀπτήσεως ἢ τηγανίσεως, ἢ καὶ διὰ μόνης βρέξεως, σκληρὰ καὶ γεώδη φαίνεται, βρεχόμενα δὲ ἢ ἑψόμενα μαλακὰ, καθάπερ ἐν μὲν τοῖς σιτηροῖς σπέρμασι κριθαὶ καὶ πυροὶ, τῶν δ᾽ ἐπὶ δένδροις γεννωμένων καρπῶν οἱ κῶνοι. προσέχειν οὖν σε χρὴ κἀν τούτῳ τὸν νοῦν, οὐ μόνον ὅταν εἰς ξένην ἀφικό-

ret. Sed et fumme friabile, fic ut nihil retineat glutinofi fucci, pravum fuerit. Panes certe, qui ex panico et milio conficiuntur, quum edit quis, arenam propemodum aut cinerem mandere fibi videtur. Quamobrem et quum etnos ex his conficitur, quemadmodum et lecithus, illis pinguia omnia et vifcida permixta effe oportet. Rustici fane, adjecta fuis pinguedine et caprarum adipe, edunt haec cum ovillo bubulove lacte. Etnos appello, quod ex deglubitis frefisque leguminibus paratur, lecithum molitorum farinam aqua elixam, addito pingui aliquo. Porro cibos quosdam fi confideres, antequam legitimam praeparationem acquirant, five ea elixando, five affando, five frigendo, five fola maceratione contingat, terrei illi ac duri apparent; fi vero macerentur, aut decoquantur, molles; cujusmodi inter frumentaceas fruges hordeum eft et triticum, inter arboreos vero fructus nuclei pinei. Eft igitur animus tibi rei quoque huic adhibendus, non folum quum in alienam regio-

μενος χώραν ἐσθίειν τι μέλλῃς ἄηθες, ἀλλὰ καὶ παρ' ἡμῖν αὐτοῖς, προπειρώμενον ἑκάστου τῆς φύσεως ἐν τῷ διαβρέχειν ὕδατι μόνῳ χωρὶς ἑψήσεως, ἢ σὺν ἑψήσει τε καὶ ὀπτήσει. τὰ μὲν γὰρ εἰς ὄγκον ἐξαιρόμενα τῶν σπερμάτων ἢ ὅλως τῶν καρπῶν, ἀποβάλλοντα ταχέως τὴν ἀρχαίαν σκληρότητα καὶ ξηρότητα, μεθιστάμενά τε πρὸς τὸ μαλακώτερον καὶ ὑγρότερον ἀμείνω πάντ' ἐστὶ, τὰ δὲ φυλάττοντα τὸν ἔμπροσθεν ὄγκον ἅμα τῇ σκληρότητι χείρω. καὶ γὰρ δύσπεπτα τὰ τοιαῦτα καὶ γεώδη ταῖς οὐσίαις ἐστὶν, ὡς μόγις αἱματοῦσθαι, δεόμενα ῥωμαλέας δυνάμεως εἰς τὴν ἐν τῷ σώματι κατεργασίαν ἐν τῷ πέττεσθαι κατὰ γαστέρα καὶ καθ' ἧπάρ τε καὶ φλέβας αἱματοῦσθαι. ἀποτυγχάνει μὲν οὖν ἑκατέρων τῶν ἐνεργειῶν ἐν τοῖς ἀσθενέσι σώμασι· καὶ γὰρ χυμὸς ἐκ τῶν τοιούτων ἐδεσμάτων ὁ καλούμενος ὠμὸς γίγνεται, ἐφ' ᾧ νόσοι παντοῖαι συνίστανται. ἐπεὶ δὲ καθ' ἕκαστον εἶδος καρποῦ πολλή τίς ἐστιν ἡ διαφορὰ, προβρέχειν ἀξιῶ σε καὶ προέψειν ἐνίοτε τῶν μελλόντων ἐσθίεσθαί τινα, πεῖραν ἀσφαλῆ λαμβάνοντα τῆς φύσεως αὐτῶν. ὁ γοῦν ἐμὸς πατὴρ, ἐπιμελὴς ὢν

nem delatus cibum infuetum aliquem fumpturus es, verum etiam apud nos ipfos, ut rei cujusque naturam prius tentes aquae folius maceratione citra decoctionem, aut cum decoctione etiam una et affatione. Semina enim, quae intumefcunt, fructusque, fiquidem priftinam duritiem et ficcitatem cito exuant, ac mollitudinem et humiditatem acquirant, meliora omnia habentur, deteriora vero, quae tumorem fuum et duritiem retinent, ut quae difficulter concoquantur et fubftantia terrea confient, fic ut aegre in fanguinem vertantur, viribusque egeant praevalidis, ut in corpore conficiantur, dum ea venter concoquit et a jecore venisque in fanguinem vertuntur. Opere itaque utroque fruftrantur in imbecillo corpore; fuccus enim ex hujusmodi cibis provenit, crudum quem vocant, unde morbi genus omne exiftat. Quoniam itaque in unaquaque fructus fpecie multiplex ineft difcrimen, prius macerentur quaedam et interdum decoquantur confulo eorum, quae edenda fint, ut certum fiat de ipforum natura periculum. Pater quidem meus, rerum

περὶ τὰ τοιαῦτα, καὶ ἀμύγδαλα οὕτως ἐδοκίμασε καὶ κάρυα τὰ μεγάλα καὶ τὰ σμικρὰ Ποντικά τε καὶ λεπτοκάρυα. τὴν αὐτὴν δὲ [429] βάσανον ἐποιεῖτο καὶ τῶν λαχάνων, ὡσαύτως δὲ καὶ τῶν κυάμων καὶ πισσῶν καὶ λαθύρων καὶ θέρμων, ὤχρων τε καὶ δολίχων, ἁπάντων τε τῶν τοιούτων, ἢ βρέχων, ἢ προέψων, εἶθ' ὁρῶν, εἰς ὅσον ἐξοιδίσκετο. περὶ δὲ τῆς πτισάνης τί δεῖ καὶ λέγειν; ἤδη γὰρ τοῦτο καὶ οἱ παῖδες ἴσασιν, ὡς ἡ μὲν ὀγκουμένη ταχέως ἀρίστη, μοχθηρὰ δ' ἡ χρόνῳ πολλῷ βραχὺν ὄγκον ἴσχουσα. τήκεται γὰρ ἡ προτέρα ῥηθεῖσα καὶ γίνεται χυλὸς, ἡ δ' ἑτέρα δύστηκτός τ' ἐστὶ καὶ σκληρὰ διαμένει, βραχύτατον ἀνιεῖσα χυλόν. ἔνια δὲ τῶν Δημητρίων σπερμάτων οὐδ' ὅλως ὀγκοῦσθαι πέφυκεν ἑψόμενα· κεκλήκασι δ' ἀτέραμνα τὰ τοιαῦτα τῶν παλαιῶν Ἑλλήνων ἔνιοι. οὕτως οὖν καὶ τοὺς πυροὺς ὁ ἐμὸς πατὴρ ἐδοκίμαζε καὶ προσέτι τῷ πλήθει τῶν ἀλεύρων· οἱ μὲν γὰρ ἀγαθοὶ πλεῖστον ἄλευρον ἐργάζονται, οἱ μοχθηροὶ δ' ὀλίγον. μὴ τοίνυν μηδὲ σὺ κατὰ τὸ πάρεργον ἀκούσῃς ὧν λέγω. κοινός τε γὰρ ὁ

harum ftudiofus, hoc pacto amygdalas quoque probabat, nucesque tum magnas, tum parvas, Ponticas fcilicet et avellanas. Idem adhibebat oleribus quoque experimentum, fabis, pifis, cicerculis, lupinis, ochris, dolichis et reliquis id genus omnibus, maceratis prius illis, aut elixis, deinde, quantum tumefcerent, infpecto. Jam quorfum attinet ptifanae meminiffe? id enim ne pueri quidem ignorant, omnium maxime commendari, quae ftatim intumefcit, contra improbari, quae longo tempore exiguum tumorem acquirit; prior enim illa liquefcit et in fuccum abit, altera vix colliquabilis eft et, quum in duritie perftet, pauxillulum omnino quid fucci remittit. Sunt tamen in feminibus Cerealibus quaedam, quae natura minime intumefcunt. Graeci ex veteribus quidam vocarunt haec indomita. Ad hunc plane modum triticum quoque explorabat genitor, farinaeque ad haec copia; bonum enim quod eft, farinae vim multam edit, quod vero malum, paucam. Quamobrem diligenter ipfe quoque, quae diximus, aufculta; communiter

λόγος ἐστὶν ἁπάντων μὲν σπερμάτων, ἁπάντων δὲ καρπῶν, ὅσους ἀποθέσθαι δυνατόν ἐστιν, ἐξητασμένος τε καὶ κεκριμένος ὑπ᾽ ἐμοῦ τε καὶ τοῦ πατρὸς ἐν χρόνῳ πολλῷ καὶ πείρᾳ μακρᾷ. δῆλον δ᾽, ὅτι καὶ τοὺς καρποὺς εἰς ἀπόθεσιν ἐπιτηδείους λέγω τοὺς πρὶν σαπῆναι ξηραινομένους. ἔνιοι μὲν γὰρ οὐχ ὑπομένουσι τοῦτο, καθάπερ τὰ μόρα καὶ οἱ καλούμενοι πέπονές τε καὶ μηλοπέπονες, ἔτι τε Περσικὰ, καὶ ὅσα τούτοις ἐστὶ παραπλήσια· φθάνει γὰρ σήπεσθαι, πρὶν ξηρανθῆναι. κολοκύνθας μὴν εἰς λεπτὰ μόρια τέμνοντες ξηραίνουσιν ἔνιοι, καθάπερ γε καὶ τὰς κοιλίας ἄλλοι. καὶ γνώρισμα δὲ τοῦ μοχθηρὸν εἶναι τὸν μυκήτην μέγιστον νομίζουσι τὸ ξηρανθῆναι μὴ δύνασθαι. περὶ δὲ τῶν κοκκυμήλων τί δεῖ καὶ λέγειν; οὐδεὶς γὰρ ἀγνοεῖ τὴν ἀπόθεσιν αὐτῶν οὐκ ἐν Δαμασκῷ μόνον, ἢ κατὰ τὴν Ἱσπανίαν, ἀλλὰ καὶ παρ᾽ ἡμῖν γιγνομένην. ὥστ᾽ ὀλίγιστοι τῶν καρπῶν εἰσιν οἱ μὴ δυνάμενοι ξηρανθῆναι, πλὴν πέπονες, ὡς ἔφην, καὶ μηλοπέπονες, τά τ᾽ Ἀρμενιακὰ καὶ τὰ Περσικὰ, καὶ πρεκόκια παρὰ Ῥωμαίοις ὀνομαζόμενα. καὶ γὰρ τὰ σῦκα ξηρανθέντα δια-

enim ad femina omnia ratio haec pertinet fructusque, quoscunque tandem reponere possis; quam ego paterque tempore multo ac diutina experientia exploratam habuimus et statutam. Porro clarum est, fructus, ut reponi possint, idoneos me eos esse dicere, qui, antequam putrefcant, siccantur; sunt namque qui hoc ferre non possint, ut mora et qui pepones et melopepones vocantur, tum Persica, et quaecunque his sunt similia, quae prius, quam siccescant, putrescunt. Sunt tamen qui cucurbitas in minuta frusta concisas exiccent, alii citrulos. Fungos quidem malos esse, indicium inde sumi maximum censent, quod siccari nequeant. Nam de prunis quid attinet dicere? quae non modo Damasci, aut in Hispania, verum etiam apud nos reponi, nullus est qui ignoret, sicut in fructibus paucissimi sunt, qui siccari non possint, exceptis peponibus (uti diximus) et melopeponibus, et Armeniacis, et Persicis, et iis, quae Romani praecocia vocant. Ficus namque ipsae quoque siccatae perdu-

μένει, καὶ οἱ σικυοὶ ταῖς κολοκύνθαις ὡσαύτως. ἀλλὰ καὶ ταῦτα τοῦ χειμῶνος εἰς χρείαν ἀγόμενα τὴν αὐτὴν ἐξέτασιν δέχεται. τὰ μὲν γὰρ ταχέως ἐν ὕδατι τεγγόμενα, καὶ χωρὶς ἑψήσεως καὶ σὺν ἐκείνῃ, κάλλιστα τῶν ὁμοειδῶν ἐστι, τὰ δ' ἐν πολλῷ χρόνῳ τοῦτο πάσχοντα καὶ μικρὸν ἐπιδιδόντα τοῖς ὄγκοις μοχθηρά. γίγνωσκε τοίνυν οὐ μόνον εἰς πέψιν ἀμείνω τὰ ταχέως οἰδισκόμενα τῶν ἐδεσμάτων, ἀλλὰ καὶ πρὸς εὐχυμίαν, ἧς ἕνεκα τὰ κατὰ τουτὶ τὸ γράμμα λέγεται πάντα, καὶ τὰ βελτίω φύσει τὰ ταχέως ἐξογκούμενα, διότι πέττεται μᾶλλον καὶ ἀμείνους γεννᾷ χυμούς. οὐδὲν γὰρ οὕτως εἰς εὐχυμίαν συντελεῖ πᾶσιν ἐδέσμασιν, ὡς τὸ πεφθῆναι καλῶς ἐν τῇ γαστρί. καὶ γὰρ τὴν δευτέραν καὶ τρίτην πέψιν ἐπιδέχεται μᾶλλον ταῦτα. ἔμαθες δὲ, ὅτι δευτέρα μὲν πέψις ἐν ἥπατί τε καὶ φλεψὶ γίνεται, τρίτη δὲ καθ' ἕκαστον τῶν τρεφομένων μορίων, ἧς ἕνεκα τῶν προτέρων δυοῖν δεόμεθα. τρέφεται μὲν γὰρ, ὅσα τρέφεται, τῶν τρεφόντων αὐτὰ μεταβαλλομένων κατὰ ποιότητα, κἀξομοιουμένων τοῖς τρεφομένοις· μεταβάλ-

rant, et cucumeres non aliter ac cucurbitae. Caeterum haec quoque hyeme, quum ufui adhibentur, ad eundem modum exploranda veniunt. Quae enim cito ex aqua macerationem capiunt, five ea elixes, five minime, bonitate ejusdem fpeciei caetera vincunt, vitiofa vero funt, quibus longo tempore id contingit, tum tumoris minimum acquirunt. Scito igitur, cibos, qui cito intumefcunt, non folum ad concoquendum potiores effe, fed ad fucci etiam bonitatem, cujus gratia fingula tractantur hoc libro; eft enim eorum, quae ftatim in tumorem affurgunt, natura melior, quod et facilius concoquantur, et laudatiores fuccos procreent. Nihil enim aeque ad fucci bonitatem facit in cibis omnibus, quam fi probe in ventriculo concoquantur, ut qui fecundam et tertiam concoctionem facilius admittant. Nofti autem, fecundam concoctionem in jecore ac venis abfolvi, tertiam vero in partibus fingulis, quae nutriuntur, cujus caufa duabus illis prioribus egemus. Quaecunque enim nutriuntur, ita demum nutrientur, fi, quae illa nutriunt, qualitate immutentur, et iis, quae nutriuntur, affimilentur; porro quae

λεται δὲ τὰ παρασκευασθέντα καὶ προπεφθέντα τῶν ἀπέπτων μᾶλλον. ἀλλήλας γὰρ αἱ πέψεις διαδέχονται, τὴν μὲν τῆς γαστρὸς τὸ ἧπαρ, τὴν δὲ τούτου τὰ τρεφόμενα μόρια. καὶ τοίνυν καὶ προπαρασκευάζει τοῖς μὲν ἐν τῷ σώματι μορίοις ἅπασι τὴν τροφὴν τὸ ἧπαρ, [430] ἐκείνῳ δ' ἡ γαστὴρ, ἐκείνῃ δὲ τὸ στόμα, καὶ τούτῳ τινὰ μὲν ὄπτησις, τινὰ δὲ ἕψησις, ἢ ταγήνισις, ἤ τις ἁπλῆ βρέξις. ἅπασι δὲ τούτοις ἡ διοικοῦσα φύσις τὰ τοὺς καρποὺς φέροντα φυτὰ παρασκευάζει, καί τινά γε τῶν ἐξ αὐτῆς γεγονότων οὔθ' ἑψήσεως, οὔτ' ὀπτήσεως, οὔτε βρέξεως, οὔτ' ἄλλης δεῖται παρασκευῆς. ταῦτα μὲν ἐν τῷ καθόλου χρὴ μεμνῆσθαι, κοινὰ γὰρ ἁπάντων ἐστὶ τῶν ἐσθιομένων.

Κεφ. στ'. Ἐπὶ δὲ τὰ κατὰ μέρος ἴωμεν, ὅσα λέγοντες ἀπελίπομεν, ἐν μὲν τοῖς τῶν ζώων μορίοις ἔντερά τε καὶ γαστέρα καὶ μήτραν καὶ ὦτα καὶ ὀφθαλμοὺς καὶ οὐρὰς, (357) ἐν δὲ τοῖς Δημητρίοις σπέρμασι τὰ πλεῖστα, καθάπερ γε καὶ λαχάνων καὶ φυτῶν τῶν καλουμένων ὡραίων. ἔντερα μὲν οὖν καὶ γαστὴρ καὶ μήτρα σκληροτέραν τῶν σαρκῶν ἔχει τὴν

praeparata atque ante concocta fuerint, crudis promptius immutantur: etenim mutuo fe concoctiones excipiunt; eam, quae ventriculi eft, jecur; atque hujus ipfius concoctionem partes, quae nutriuntur; atque ita corporis quidem partibus omnibus alimentum praeparavit jecur; huic ventriculus; ventriculo os; ori quaedam affatio, quaedam elixatio, quaedam frictio in fartagine, aut fimplex aliqua maceratio; omnibus autem his natura gubernatrix plantas fructus ferentes praeparat; funtque eorum aliqua, quae ipfa profert, quibus nec elixatione, nec maceratione, neque vero praeparatione alia opus fit. Atque haec in univerfum meminiffe expedit cibis omnibus communia.

Cap. VI. Iam ad alia privatim tranfeundum, fi qua dicendo praetermifimus. Sunt haec in animalium quidem partibus inteftina, ventriculus, uterus, auriculae, oculi, caudae; in feminibus Cerealibus maxima horum ipforum pars, ficuti fane olerum quoque ac ftirpium, quas fugaces vocant. Itaque inteftina et ventriculus et uterus duriore

οὐσίαν, ἀπεπτοτέραν τε τοσοῦτον, ὅσον καὶ σκληροτέραν, ἧττόν τε τῶν σαρκῶν τρέφει καὶ ἧττον εὔχυμά εἰσιν. αἱ δ' οὐραὶ καὶ τούτων ἔτι σκληρότεραι, καὶ τἄλλα ἀνάλογον τῇ σκληρότητι κατ' αὐτάς ἐστι περί τε πέψιν καὶ θρέψιν, πλὴν οὐ περιττωματικαὶ διὰ τὴν κίνησιν. ὅμοιοι δ' αὐταῖς εἰσιν ἐπὶ τῶν πτηνῶν ζώων οἱ τράχηλοι. κοιλίαι δ' οὐδὲν ὅμοιαι τοῖς πτηνοῖς τε καὶ πεζοῖς ζώοις εἰσί. καὶ γὰρ παχεῖαι καὶ σκληραὶ, καὶ διὰ τοῦτο δύσπεπτοι καὶ πολύτροφοι πεφθεῖσαι τοῖς πτηνοῖς εἰσιν αἱ κοιλίαι. κάλλισται δ' ἀλεκτορίδων καὶ χηνῶν, καίτοι τἄλλα τοῦ χηνὸς μόρια σκληρά τ' ἐστὶ καὶ δύσπεπτα καὶ περιττωματικὰ, πλὴν τῶν πτερῶν. ἐν δὲ τοῖς μεγάλοις στρουθοῖς, ἃς νῦν ὀνομάζουσι στρουθοκαμήλους, ἅπαντα τὰ μέρη σκληρὰ καὶ δύσπεπτα καὶ περιττωματικά. τῶν δ' ὤτων ὁ μὲν χόνδρος ἄτροφόν τ' ἐστὶ καὶ ξηρὸν σῶμα, τὸ δὲ ἔξωθεν δέρμα λεπτὸν καὶ ξηρὸν, ὀλιγότροφόν τε καὶ δύσπεπτον. ὀφθαλμοὺς δ' ὀλίγοι μὲν ἐσθίουσι, σύγκειται δ' ἐξ ἀνομοίων οὐσιῶν· ἑτέρας μὲν γὰρ φύσεως οἱ

fubftantia conftant, quam caro; et quo duriore, eo etiam concoctu difficiliore; minus praeterea, quam carnes, alunt, minusque fucci boni funt. Caudae his etiam ipfis duriores habentur; tum reliqua in his pro duritie proportione refpondent in concoctione et nutritione, nifi quod excrementis vacant ob commotionem. Sunt his non diffimilia volucrium colla. Avium et pedeftrium animalium ventri nihil convenit; eft enim avium venter craffus, durus, et qui ob id aegre concoquatur, quique concoctus multum praeftet alimenti; optimus habetur gallinarum atque anferum, quum tamen reliquae anferis partes durae fint et concoctioni adverfentur et excrementis redundent praeter alas. In magnis vero ftruthis, quas nunc ftruthiones appellant, fingulae funt partes durae, difficiles concoctu et excrementitiae. In auribus cartilago pars eft, quae neque alat et ficca fit: obducta his cutis tenuis eft et ficca, tum quae haud facile concoquatur et alimenti parum fubminiftret. Oculos pauci edunt; conftant hi ex fubftantiis inaequalibus, fiquidem alia

χιτῶνες αὐτῶν, ἑτέρας δὲ οἱ μύες, ἄλλης δὲ τὸ κρυσταλλοειδὲς καὶ τὸ ὑαλοειδές. ἐξ αὐτῶν δὲ οἱ μύες εὐπεπτότατοι μόνοι τῶν ἐπιτήδειον εἰς εὐχυμίαν τὴν φύσιν ἐχόντων ζώων, οἷοί περ οἱ σύμμετροι κατὰ τὴν ἡλικίαν ὕες. εἶεν δ' ἂν οὗτοι τοῖς μὲν ἀκμάζουσιν ἀνθρώποις καὶ γυμναζομένοις οἱ τέλειοι, τοῖς δὲ παρακμάζουσιν οἱ ἔτ' αὐξανόμενοι· τῶν δὲ πάνυ σμικρῶν χοίρων ἡ σὰρξ περιττωματική. ἀρίστης δὲ τῆς τῶν ὑῶν οὔσης ἐδωδῆς ἐν τοῖς πεζοῖς ζώοις, ἐφεξῆς ἐστιν ἡ τῶν ἐρίφων, καὶ μετὰ ταύτην ἡ τῶν μόσχων. ἡ δὲ τῶν ἀρνῶν σὰρξ ὑγρὰ καὶ γλίσχρα καὶ βλεννώδης ἐστί. τῶν δ' ἄλλων πεζῶν ζώων τῆς ἐδωδῆς ἀπέχεσθαι κελεύω τὸν εὐχυμίας προνοούμενον. ἡ δὲ κατ' εἶδος ἐν αὐτοῖς διαφορὰ κατὰ τὸ τρίτον εἴρηται περὶ τῶν ἐν ταῖς τροφαῖς δυνάμεων.

Κεφ. ζ'. [431] Ἐν δὲ τοῖς Δημητρίοις σπέρμασιν ἄριστον εἰς εὐχυμίαν ἔδεσμα καλῶς ἑψημένη πτισάνη. συνενδείκνυται δ' ὁ λόγος οὗτος, ὅτι ἀρίστην εἶναι χρὴ καὶ τὴν κριθήν. οὐ γὰρ ἕψεται καλῶς ἡ πτισάνη, μὴ τοιαύτης οὔ-

funt natura praeditae tunicae, alia mufculi, atque alia cryftallinus humor et vitreus. Ex his mufculi foli concoctioni maxime accommodi funt in animalibus, quibus natura fit fucci bonitati idonea, quod genus funt porcelli aetate convenienti. Fuerint autem hi hominibus, qui quidem aetate vigent atque exercentur, adulti, aetate autem inclinantibus ii, qui etiamnum crefcunt: nam tenellorum adhuc porcellorum caro excrementitia eft. Quum autem inter animalia pedeftria optimi fint fucci fues, proximi ab his habentur hoedi, deinde vituli; agnina caro humida, glutinofa mucofaque eft. A caeterorum vero animalium, quae pedeftria funt, efu abftineant, cenfeo, qui fucci bonitatis curam gerunt. Speciatim horum differentias tractavimus tertio de alimentorum facultatibus libro.

Cap. VII. In feminibus Cerealibus optimi fucci cibus ptifana eft probe decocta. Intelligimus fane fermone hoc, una optimum quoque debere effe hordeum; quod nifi tale fit, bene decoqui ptifana non poterit ideo, quod nec mace-

σης αὐτῆς, διὰ τὸ μήτε πλεῖον ἐξοιδίσκεσθαι διαβρεχομένην, μήτε χυλοῦσθαι τηκομένην. ἀλλὰ περὶ πτισάνης ἔν τε τῷ περὶ τῶν ἐν τροφαῖς δυνάμεων καὶ τοῖς τῆς θεραπευτικῆς μεθόδου καὶ τοῖς εἰς τὸ περὶ διαίτης ὀξέων Ἱπποκράτους ὑπομνήμασιν ἐπὶ πλέον εἴρηται. νυνὶ δ' ἀρκεῖ δεδηλῶσθαι τὸ κεφάλαιον, οὗ χρήζομεν εἰς τὸν ἐνεστῶτα λόγον, ὡς ἀμεμπτότατον εἴη ἂν πάντων ἐδεσμάτων εἰς εὐχυμίαν τε καὶ φυλακὴν ὑγείας πτισάνη καλῶς ἐσκευασμένη. τρέφει γε μὴν ἄρτου ἧττον ἡ καλλίστη· περὶ οὗ καὶ αὐτοῦ λέλεκται κατὰ τὸ β' γράμμα περὶ τῶν ἐν ταῖς τροφαῖς δυνάμεων. τῆλις μὲν οὐκ εὔχυμος, ἂν πλεονάζῃ τις ἐν αὐτῇ, πτισάνην δὲ κἂν καθ' ἑκάστην ἡμέραν εἰς κόρον ἐσθίῃς, οὐδὲν εἰς εὐχυμίαν βλαβήσῃ. περὶ κυάμου δ' ἂν ἔλεγον ταὐτὸν, εἰ μὴ φυσώδης ἦν· οὔτε γὰρ κακόχυμος, οὔτε ἐμφρακτικὸς, ἅπερ ἐστὶ κεφάλαια τῶν ὑγιεινῶν ἐδεσμάτων· ὑπάρχει δ' αὐτῷ ταῦτα διὰ τὸ ῥυπτικὴν ἔχειν ποιότητα καὶ δύναμιν ἐν αὑτῷ, καθάπερ ἡ κριθή. τῷ πισῷ δὲ τὸ μὲν ἄφυσον ὑπάρχει, τὸ ῥυπτικὸν δ' οὐκ ἴσον τῷ κυάμῳ. περὶ δὲ τῆς φακῆς, ὅτι κακόχυμός ἐστι καὶ

ratione plurimum intumefcat, nec cremorem reddat colliquatione. Verum de ptifana prolixius diximus in libris de alimentorum facultatibus et de curandi ratione, jam vero in commentariis in Hippocratis librum de victu acutorum confcriptis; nunc autem rei totius caput indicaffe fatis fit praefenti orationi neceffarium, ptifanam fcilicet bene praeparatam cibum effe omnium minime improbandum tum ad fucci bonitatem, tum ad fanitatis tutelam; ipfa tamen, etiam optima quae fit, minus alit, quam panis; de quo libro primo de alimentorum facultatibus diximus. Et foenum graecum quidem, fi quis frequenter eo utatur, fucci boni non fit; ptifana vero etiamfi ad faturitatem usque quotidie utaris, nihil fuccorum bonitati offeceris. Affirmarem idem de faba, nifi flatulenta effet; nam nec fuccum malum procreat, nec meatus infarcit, in quibus falubrium ciborum fumma verfatur: ineft hoc illi propterea, quod qualitate ac facultate praedita fit abfterforia, ut hordeum. Pifum flatus quidem expers, non aeque tamen, ut faba, abftergit. De lente,

μελαγχολική, σχεδὸν οὐδεὶς ἀγνοεῖ· ὡς φαρμάκῳ δ' αὐτῇ χρώμεθα πολλάκις ἐπὶ πολλῶν παθημάτων, ἀλλ' οὐ νῦν ἐκείνων ὁ καιρός. ὦχροι δὲ καὶ δόλιχοι τῶν μὲν εἰρημένων χείρους, ἀμείνους δὲ λαθύρων. ὀλύραν δὲ μετὰ τὴν κριθὴν τίθει, καὶ μετ' ἐκείνην τίφην. ἔλυμος δέ σοι φευκτέος ἀεί· καλοῦσι δ' αὐτὸν ἔνιοι μελίνην τῶν παλαιῶν. ἡ δὲ κέγχρος ὁμογενὴς μέν ἐστι τῷ σπέρματι τούτῳ, μοχθηρὰ δ' ἧττον. ὅ γε μὴν ἐρέβινθος, εἰ καὶ τρόφιμος, ἀλλ' οὐκ εὔχυμος, φυσώδης δὲ οὐδὲν ἧττόν ἐστι κυάμου, παροξύνει δὲ καὶ πρὸς συνουσίαν ἅμα τῷ πολὺ σπέρμα γεννᾷν. ὁ δὲ θέρμος ἱκανῶς παχύχυμος· εὔδηλον δ', ὅτι καὶ τρόφιμος, εἴπερ παχύχυμος, οὐ μὴν κακόχυμος. τῶν δ' ἄλλων ὀσπρίων οὐδὲ μεμνῆσθαι καλὸν εἰς εὐχυμίας λόγον, ὧν γε μηδ' ἐσθίουσιν ἄνθρωποι, πρὶν ὑπὸ λιμοῦ βιασθῆναι. περὶ μὲν οὖν ὀσπρίων αὐτάρκως εἴρηται, περὶ δὲ καρπῶν ἐφεξῆς ἂν εἴη ῥητέον.

Κεφ. η'. Εἰσὶ δ' οἱ μὲν ἀπὸ δρυῶν ὀλίγου δεῖν ἅπαντες κακόχυμοι πλὴν τῶν κασταναιῶν ὀνομαζομένων βα-

quod et malum et melancholicum fuccum gignat, nemo fere nefcit: ea ut medicamento utimur plerumque in affectibus plurimis; fed non eft nunc de his dicendi tempus. Ochri et dolichi, ficuti jam dictis bonitate inferiores funt, fic cicerculis praeftant. Olyra proxime ab hordeo locatur, ab hac autem tipha. Panicum vitare perpetuo debes: *μελίνην* vocant veterum nonnulli. Milium eft quidem femini huic affine, at minus tamen pravum. Cicer ut alat, fatis mali certe fucci eft et nihilo fecius, quam faba, inflat, coëundi defiderium auget, feminisque una multum gignit. Lupinus fucci bene craffi eft: idem quod fatis alat, liquet, fiquidem craffo conftat fucco, neque tamen fucci mali habetur. Leguminum aliorum ne meminiffe quidem convenit in fuccorum bonitatis cenfu, ut quae mortales, nifi annonae caritas urgeat, ne ad cibi quidem ufum adhibeant. Satisque de leguminibus dictum; deinceps de fructibus dicamus.

Cap. VIII. Sunt autem ex iis, quos quercus ferunt, omnes fere fucci mali, exceptis caftaneis glandibus, quas

λάνων. αὗται δὲ πεφθεῖσαι καλῶς ἐν τῇ γαστρὶ τρόφιμοι μέν εἰσι καὶ παχύχυμοι, κακόχυμοι δ' οὐδαμῶς. τῶν δ' ἄλλων οἱ μὲν ὡραῖοι καλούμενοι καρποὶ κακόχυμοι πάντες· ἐὰν δὲ δια[432]φθαρῶσιν ἐν τῇ γαστρὶ, φαρμάκου δηλητηρίου πλησίον ἥκουσιν, ὥσπερ καὶ τὰ μόρα, καίτοι μετριώτερα τῶν Περσικῶν ὀνομαζομένων ὄντα καὶ τῶν κοκκυμήλων, ὅμως τὴν διαφθορὰν οὐδὲν ἧττον ἐκείνων ἔχει μοχθηράν. ἣν δ' ὀνομάζουσιν ἰδίως οἱ Ἕλληνες ὀπώραν ἐν σύκοις καὶ σταφυλαῖς οὖσαν, ἀμείνων μέν ἐστι τῶν εἰρημένων, οὐ σμικρὰν δ' ἔχει τὴν διαφορὰν, ἢ πέπειρον ἀκριβῶς εἶναι τὸν καρπὸν, ἢ μηδέπω τοιοῦτον. ἐγγὺς γὰρ τῶν ἀβλαβῶν τὰ πέπειρα σῦκα, καὶ μετὰ ταῦτα ἡ πέπειρος σταφυλή. κρεμασθεῖσα δὲ καὶ ἥδε τὸ φυσῶδες ἀποτίθεται καὶ γίνεται τελέως ἄμεμπτον. περὶ ἰσχάδων δὲ δόξειεν ἄν τις ἐναντία λέγων ἀληθεύειν, εἰ κακοχύμους γε ἅμα καὶ εὐχύμους αὐτὰς εἴποι, νοσῶδές τε καὶ ὑγιεινὸν ἐχούσας. ἐὰν γὰρ αὗται διεξέρχωνται κατὰ τὴν γαστέρα, καὶ ἡ ἀπ' αὐτῶν ἀναδοθεῖσα τροφὴ διά τε τοῦ δέρματος καὶ τῶν νεφρῶν, ὑγιειναί τέ εἰσι καὶ εὔχυμοι· βρα-

vocant; quae, fi recte eas conficiat ventriculus, alibiles fiunt ac craffi fucci, minime tamen mali. In caeteris fructibus ii, qui fugaces vocantur, mali omnes fucci funt; quod fi in ventriculo praeterea corrumpantur, non longe a venenofa materia abfunt, quemadmodum mora quoque, quae ipfa, etiamfi Perficis ac prunis minus mala fint, corruptelam tamen nihilominus iis malam experiuntur. Opora, fic privatim a Graecis vocata, qua ficus et uvae continentur, his quidem melior eft; non parum tamen difcriminis fortitur, quod vel exacte maturus fructus fit, vel nondum talis. Exacte enim maturae ficus prope innoxiae funt; deinceps ab his matura uva; haec porro, fi fufpendatur, inflationem omnem abjicit, prorfusque inculpabilis evadit. De caricis fi quis contraria pronunciet, vera dixiffe videri poffit, effe eas tum mali tum boni una fucci, morbificas et falubres; falubres quidem et boni fucci, fi ventriculum pertranfeant, diftributumque inde alimentum jecur permeet ac renes;

δύνουσαι δὲ κακοχυμότεροί πως γίνονται καὶ φθειρῶν πολλῶν γεννητικαί· μετὰ δὲ καρύων ἐσθιόμεναι κάλλιστόν εἰσιν ἔδεσμα, καθάπερ γε καὶ ἀμυγδάλων, ἀλλὰ μετὰ τούτων μὲν, ὡς ἐκφρακτικῶν καὶ ῥυπτικῶν, οὐ μὴν εὐχύμων γε τοῖς καρύοις ὡσαύτως οὐδὲ τροφίμων, ἅμα δὲ τοῖς καρύοις βελτίους εἰς ἅπαντα. καί τινες τῶν γραψάντων συνθέσεις φαρμάκων θανασίμων ἀλεξητήριον αὐτῶν ἁπάντων εἶναί φασι προλαμβανομένας ἰσχάδας ἅμα καρύοις τε καὶ πηγάνῳ. τὰ δ᾽ ἄλλα τῶν ἀκροδρύων εἴδη κακόχυμά ἐστι, καὶ μάλισθ᾽ ὅσα τῶν ἀγρίων αὐτῶν καὶ θάμνων εἰσὶ καρποὶ, περὶ ὧν ἐπὶ πλέον εἴρηται κατὰ τὸ β′ τῶν ἐν ταῖς τροφαῖς δυνάμεων. μήλων δὲ καὶ ῥοῶν, ἀπίων τε καὶ μεσπίλων, οὐχ ὡς τροφῆς, ἀλλ᾽ ὡς φαρμάκων χρήζομεν εἰς τόνον στομάχου τε καὶ γαστρός. καρποὶ δ᾽ εἰσὶ καὶ σικυοὶ καὶ πέπονες καὶ μηλοπέπονες, ἀλλ᾽ οὐδὲν οὐδὲ τούτων εὔχυμον· εἰ δὲ μὴ ταχέως ὑπέλθοι, διαφθείρεται κατὰ τὴν γαστέρα καὶ τὸν ἐκ τῆς διαφθορᾶς γινό-

mali vero fucci, fi diutius morentur, et quae pediculorum vim gignant. Eaedem fi cum nucibus, aut eodem etiam modo cum amygdalis mandantur, cibum optimum exhibent, et cum amygdalis quidem, quafi quae obftructiones folvendi et abftergendi vi polleant, at non perinde tamen, ac nuces, fucci boni fint, nec aeque alant, cum nucibus autem una omnino meliores funt. Atque ex iis, qui venenorum compofitionem tractarunt, nonnulli omnibus alexeterium effe affirmarunt, fi quis caricas prius cum nucibus una ac ruta affumat. Reliqua fructuum genera, quae in ambitu lignofum putamen habent, fucci mali funt, maximeque fi fructus fint agreftium arborum fruticumque, de quibus copiofius tractavimus in fecundo de facultatibus alimentorum libro. In pomis autem et punicis pirisque et mefpilis ufus ut medicamenti eft potius, quam alimenti, ftomacho ventrique corroborandis. Inter fructus cenfentur cucumeres quoque et pepones et melopepones, quorum nulli fuccus bonus infit, eo quod, nifi alvum ftatim fubeant, corrumpantur ibi, humoremque ex corruptela hac faciant, qui

μενον χυμὸν ἐγγὺς τοῖς θανασίμοις γενόμενον φαρμάκοις ἐργάζεται. κολοκύνθη δ᾽ ἄμεμπτος μόνη τῶν τοιούτων καρπῶν, ἀλλὰ καὶ αὕτη διαφθαρεῖσα κατὰ τὴν γαστέρα κακόχυμος ἱκανῶς γίνεται, καθάπερ καὶ τὰ συκάμινα· καὶ γὰρ καὶ ταῦτα, πρὶν διαφθαρῆναι, φθάσαντα ταχέως ὑπελθεῖν, οὐδὲν ἐργάζεται φαῦλον, εἴ γε μή τις ἐν αὐτοῖς πλεονάζοι· κοινὸν γὰρ τοῦτο περὶ ἁπάντων ὡραίων ἐπίστασθαί τε χρὴ καὶ μεμνῆσθαι. τῶν δὲ λαχάνων οὐδὲν μὲν εὔχυμον, ἐν μέσῳ δ᾽ εὐχύμου τε καὶ κακοχύμου θρίδαξ ἐστὶν, εἶτα μαλάχη, καὶ μετ᾽ αὐτὴν ἀτράφαξύς τε καὶ ἀνδράχνη, καὶ βλίτον καὶ λάπαθον. ἐσχάτως δὲ κακόχυμα πάντ᾽ ἐστὶν, ἃ καλοῦσιν ἄγρια λάχανα, θριδακίνη, χονδρίλη, σκάνδιξ, γιγγίδιον, σέρις, κιχώριον. αἱ δὲ ῥίζαι (358) τῶν λαχανωδῶν φυτῶν κακόχυμοι μὲν, ὅσαι δριμεῖαι, καθάπερ αἱ τῶν κρομμύων καὶ πράσων καὶ σκορόδων καὶ ῥαφανίδων καὶ δαύκου, μέσαι δ᾽ εὐχύμων τε καὶ κακοχύμων αἵ τε τῶν ἄρων εἰσὶ καὶ τῶν γογγυλίδων, ἃς καὶ βουνιάδας ὀνομάζουσι, καὶ τοῦ καλουμένου κάρους.

non longe a mortiferis venenis abfit. In fructibus hujusmodi fola eft cucurbita, quae culpa vacet; ejusdem tamen, fi in ventre corrumpatur, fuccus valde malus eft; quod in moris quoque evenit, quae ipfa etiam, fi quidem ante, quam corrumpantur, ftatim defcenderint, nihil incommodi afferunt, nifi quis affidue iis utatur; quod in univerfum de fugacibus omnibus fcire ac meminiffe convenit. Olerum nullum quidem boni fucci eft, boni tamen malique fucci in medio lactuca fuerit, deinde malva, ab hac deinceps atriplex et portulaca et blitum et rumex. Succi fumme omnino mali funt olera omnia agreftia, quae vocant; lactucae id genus, chondrilla, fcandix, gingidium, feris, cichorium. Stirpium radices, quae oleraceae funt, fi quae acres fuerint, ut ceparum, porri, allii, radiculae, dauci, malae omnes; boni malique in confinio ari radices funt et raporum, quae *βουνιάδας* etiam vocant, ejusque, quem carvum appellant.

Κεφ. θ'. Ὄρνιθες δὲ καὶ ἰχθύες ὀλίγου δεῖν ἅπαντες εὔχυμοι πλὴν τῶν ἐν ἕλεσι καὶ λίμναις καὶ ποταμοῖς ἰλυώ-[433]δεσι καὶ θολεροῖς διαιτωμένων. ἀέρι γὰρ χείρονι χρῶνται καὶ νήξεσιν ἐλάττοσι καὶ τροφαῖς μοχθηροτέραις, καὶ μάλισθ' ὅταν ἐκ πόλεως μεγάλης ῥέῃ τὸ ὕδωρ, ἐκκαθαῖρον ἀποπάτους τε καὶ βαλανεῖα καὶ μαγειρεῖα καὶ τὰ τῶν πλυνόντων τὴν ἐσθῆτα καὶ τὴν ὀθόνην ῥύμματα. χειρίστη γὰρ ἡ σὰρξ γίνεται τῶν ἐν ὕδατι τοιούτῳ διαιτωμένων ζώων, μάλιστα μὲν, ὅταν ἐν αὐτῷ μόνῳ διατρίβωσι, κἂν ἐπιμίγνυται δὲ βελτίονι, μοχθηρότεροι πολλῷ καὶ οὗτοι τῶν ἐν καθαρᾷ θαλάττῃ διαιτωμένων εἰσίν. ἄμεμπτοι γὰρ ὀλίγου δεῖν ἅπαντες ὑπάρχουσιν, ὅσοι κατὰ τὴν ἄμικτον ὕδατι γλυκεῖ διατρίβουσιν, ὥσπερ οἵ τε πελάγιοι καλούμενοι καὶ οἱ πετραῖοι· καὶ γὰρ εἰς εὐχυμίαν καὶ ἐν αὐτῇ τῇ κατὰ τὴν ἐδωδὴν ἡδονῇ προὔχουσι πολὺ τῶν ἄλλων. ἀσφαλέστατον μὲν οὖν ἀεὶ προσφέρεσθαι τῶν τοιούτων· εἰ δέ τι ζῶον εἴη τῶν ἐν ἑκατέροις τοῖς ὕδασι διαιτωμένων, ὥσπερ ὁ κέφαλος καὶ ὁ λάβραξ, ὅ τε κωβιὸς καὶ ἡ σμύραινα, καρκῖνοί τε καὶ ἐγχέλυες, ἀνα-

Cap. IX. Avium pifciumque univerforum propemodum fuccus bonus eft, praeterquam eorum, qui ex ftagnis et paludibus coenofisque ac turbulentis fluminibus victum capiunt; aëre enim utuntur deteriore minoreque natatione et alimento pejore, maximeque, fi ex magna urbe profluat aqua, qua cloacae, balnea ac culinae repurgentur, aut fi in iis veftes et lintea abluantur. Caro namque animalium in aquis ejusmodi degentium deterrima omnium fit, potiffimum quidem, quum in aqua ea tantum victitant; quae fi meliori etiam admifceatur, fic quoque tamen deteriores funt pifcibus in puro mari degentibus. Culpa enim prope omni vacant, quicunque in mari verfantur dulcis aquae experti, cujusmodi funt, quos pelagios vocamus et faxatiles, qui caeteros fucci bonitate ac cibi fuavitate longe antecellunt. Tales igitur fumpfiffe perpetuo tutiffimum fuerit. Quod fi aliquis ex illis fit, qui ex aquis utrisque victum capiant, ut capito, lupus, gobius, muraena, cancri, anguillae, quae-

πυνθάνεσθαι μὲν πρότερον, ὅθεν εἴη τεθηρευμένον, μετὰ δὲ ταῦτα τῇ ὀσμῇ καὶ τῇ γεύσει τὴν διάγνωσιν αὐτῶν ποιεῖσθαι. καὶ γὰρ δυσώδεις καὶ ἀηδεῖς καὶ βλεννώδεις, ὅσοι τὴν δίαιταν ἔσχον ἐν ὕδατι μοχθηρῷ· καὶ μέντοι καὶ λίπος αὐτοῖς ὑπάρχει πολὺ πλέον ἤπερ τοῖς ἄλλοις, καὶ σήπονται ταχέως. οἱ δ' ἐν θαλάττῃ καθαρᾷ διαιτώμενοι τήν τε ὀδμὴν ἄμεμπτον ἔχουσι καὶ τὴν γεῦσιν ἡδεῖαν, τό τε λίπος ὀλίγιστον, ἢ οὐδ' ὅλως, ἐξαρκοῦσί τε πλέονι χρόνῳ μὴ σηπόμενοι, καὶ μάλισθ' ὅταν αὐτοῖς τις περιβάλλῃ χιόνος. κατὰ ταῦτα μὲν οὖν καὶ κρείττους οἱ σκληρότεροι γίνονται ψαθυρωτέραν ἴσχοντες τὴν σάρκα τοῖς πετραίοις τε καὶ τοῖς ὀνίσκοις ὁμοίως· ὃ γὰρ τούτοις ὑπάρχει φύσει, τοῦτο τοῖς σκληροσάρκοις ἐκ τῆς χιόνος προσγίνεται. διὰ τοῦτ' οὖν ἐναντιωτάτην ἔχουσιν οὐσίαν τῆς σαρκὸς οἵ τ' ἐκ θαλάττης καθαρᾶς κέφαλοι καὶ οἱ κατὰ τὸ μοχθηρὸν ὕδωρ διαιτώμενοι· παραπλησίως δ' αὐτοῖς καὶ οἱ κωβιοὶ καὶ οἱ λάβρακες, ἔτι τε τούτων μᾶλλον οἱ ἄλλοι. καὶ σμύραιναι δὲ φαυλόταται γίνονται κατὰ τὰ τοιαῦτα τῶν ὑδάτων. ἡ δ' ἔγχελυς οὐδ' ὅλως εὔχυμον ἔδεσμα, κἂν ἐξ ὕδατος ᾖ καθαροῦ, μήτοι γε δὴ τοῦ πόλιν ἐκκαθαίρον-

rendum prius, ubinam captus fit, tum judicandum de hoc ex odoratu et guftu. Nam qui in aqua degunt vitiofa, graviter olent, infuavesque funt ac mucofi, pinguedinisque ad haec plus aliis habent, ac cito putrefcunt: at qui in mari verfantur puro, quum odore inculpato funt, tum guftu fuaves, pinguedineque aut minima, aut nulla, ac longiffime perdurant citra putrefactionem, praecipue fi quis eos nive circumdet. Hoc plane nomine commendantur etiam magis, qui duriores habentur, ut qui carne conftent friabili magis, aeque ac faxatiles et afelli; quod enim natura his adeft, in dura carne praeditis conciliat nix. Atque hoc caufae eft, cur maxime contrariam carnis fubftantiam habeant capitones, qui ex puro mari petuntur, et qui in vitiofa aqua deverfantur. Nec diffimiliter fe habent gobii lupique, hisque adhuc etiam magis reliqui. Quin muraenae quoque ipfae in hujusmodi aquis deterrimae. Anguilla porro, etiamfi ex aqua fit pura, nedum ex ea, quae civitatem, uti

τος, ὡς εἴρηται. καὶ παρὰ τὰς ἐπιχωρίους δὲ τροφὰς ἀμείνους τε καὶ χείρους ἑαυτῶν ἰχθύες γίνονται, διαγινωσκόμενοι ῥᾳδίως ὀσμῇ τε καὶ γεύσει, καθάπερ αἱ τρίγλαι. μοχθηρότεραι γὰρ αὐτῶν αἱ τὴν καρκινάδα σιτούμεναι, τῶν δ' ἄλλων ἡ σὰρξ σκληροτέρας ἐστὶν ὕλης, οὐ μόνον τῆς τῶν πετραίων τε καὶ ὀνίσκων, ἀλλὰ καὶ κεφάλων καὶ λαβράκων, καὶ τῶν ἄλλων πελαγίων, καὶ κατὰ τοῦτο δυσπεπτοτέρα τε καὶ τροφιμωτέρα, κακόχυμον οὐδὲν ἔχουσα. λέλεκται δὲ τελεώτερον ὑπὲρ ἁπάσης τροφῆς ἐν τρισὶν ὑπομνήμασιν, ἃ περὶ τῶν ἐν ταῖς τροφαῖς δυνάμεων ἐπιγέγραπται, καὶ χρὴ τὸν ὑγιεινῆς τροφῆς φροντίζοντα μήτε τῆς ἐκείνων ἀναμνήσεως ἀμελῆσαι, μήθ' ὅλως τῆς ὑγιεινῆς πραγματείας, ἧς μέρος ἐστὶ καὶ τὸ περὶ τῶν ἐν ταῖς τροφαῖς δυνάμεων. ἀλλὰ καὶ περὶ τῆς λεπτυνούσης διαίτης, ἐναντίας οὔσης τῇ παχυνούσῃ διαίτῃ, γέγραπται βιβλίον ἕτερον ἱκανῶς χρήσιμον οἷς ὑγεία σπουδάζεται.

diximus, expurgat, nequaquam fucci boni edulium fuerit. Pro alimenti etiam diverforum locorum differentia ipfi fe ipfis pifces meliores deterioresque redduntur, qui guftu facile atque odore deprehenduntur, ficuti muli. In his enim pejores funt, qui carcinade vefcuntur; reliquorum caro materia conftat duriore non modo, quam faxatilium et afellorum caro, fed etiam capitonum luporumque et aliorum pelagiorum; ideoque, quum et aegrius concoquatur et alimenti plus praeftet, fucci mali nihil interim obtinet. Tractatum autem a nobis eft prolixius de alimentis omnibus commentariis tribus de alimentorum facultatibus infcriptis; et oportet fane eum, cui falubris victus cura fit, tum illa in memoriam diligenter revocare, tum omnino opus de tuenda fanitate non negligere, cujus pars eft de alimentorum facultate liber. Verum de attenuante quoque victus ratione, quae craffum facienti contraria fit, confcriptus eft liber alius, fanitatis ftudiofis in primis utilis.

Κεφ. ι'. Μεμνῆσθαι δέ σε πρὸ πάντων βούλομαι κατὰ τὰς τοιαύτας πραγματείας, ὡς οὔτε βοηθήματος, οὔθ' [434] ὑγιεινῶν διαιτημάτων ἐπιστήμων ἐστὶ τελέως ὁ τὰς τῶν ὑλῶν δυνάμεις ἀκριβῶς ἐκμαθὼν, ἐὰν μὴ γινώσκῃ τὰς τῶν σωμάτων φύσεις, οἷς ταῦτα προσάγεται. τινὰ μὲν γὰρ αὐτῶν ἐστι πυκνὰ καὶ ἀδιάπνευστα, τινὰ δ' ἀραιὰ καὶ ῥαδίως ἐκκενούμενα. καὶ δεῖται δηλονότι τροφῆς ὑγροτέρας τὰ πρότερα, ξηροτέρας δὲ τὰ δεύτερα, καὶ τὰ μὲν κολλωδεστέρας, τὰ δὲ λεπτοτέρας, καὶ τὰ μὲν ἐλάττονος, τὰ δὲ πλείονος. οὕτως δὲ καὶ ὅσοι μελαγχολικώτερον ἔχουσι τὸ αἷμα, τῶν ὑγρῶν καὶ θερμῶν τῇ κράσει δέονται τροφῶν, ὥσπερ γε καὶ ὅσοι χολωδέστερον, ὑγρῶν καὶ ψυχρῶν, ὡσαύτως δ' οἱ φλεγματώδες, θερμαινουσῶν τε καὶ ξηραινουσῶν. ὅσοι δ' αἷμα χρηστὸν ἀθροίζουσι πλέον, ὀλιγωτέρων μὲν ἐδεσμάτων χρήζουσιν, ἐπιφανῆ δ' οὐδεμίαν ἐχόντων δύναμιν, ἀλλ' ἐν τῷ μέσῳ καθεστηκότων, ὡς μήτε θερμαίνειν ἀξιολόγως, μήτε ψύχειν, ὥσπερ γε καὶ μηδ' ὑγραίνειν ἢ ξηραίνειν, οὕτω δὲ καὶ πάχους καὶ λεπτότητος ἐν τῷ μέσῳ καθεστηκότων,

Cap. X. Caeterum illud de operibus his memineris velim ante omnia: qui alimentorum materiae facultates exacte teneat, nisi idem corporum naturas cognitas habeat, quibus adhibenda ea sint, eum nondum neque auxiliorum neque vero salubris victus rationis scientiam assecutum. Sunt enim corporum quaedam densa, nec perspirabilia; quaedam rara, et quae facile difflentur. Ac priora quidem alimento opus habent humidiore, posteriora vero ficciore; et haec quidem glutinosiore, illa tenuiore; haec minore, illa uberiore. Ad eundem plane modum, quicunque sanguinem habent plus justo melancholicum, his alimentis opus est temperamento calidis et humidis; sicuti frigidis et humidis iis, qui biliosiorem; qui pituitosum, calidis et siccis. Quibuscunque vero sanguis bonus multitudine excedit, iis alimenta ex usu fuerint pauciora illa quidem, sed quae facultate nulla praedita sint manifesta, quaeque medium teneant, ut nec evidenter calefaciant, nec frigefaciant, neque vero humectent, aut exiccent, eodemque modo crassitiei ac tenuitatis

ὡσαύτως δὲ γλισχρότητός τε καὶ τῶν ἐναντίων αὐτῇ· κραυρότητα δὲ λέγω καὶ ψαθυρότητα. ὑπάρχει δὲ κραυρότης μὲν τοῖς σκληροῖς τε καὶ ξηροῖς ἱκανῶς, ψαθυρότης δὲ τοῖς μαλακοῖς τε καὶ μέσοις καθ' ὑγρότητά τε καὶ ξηρότητα· κοινὸν δ' ἀμφοῖν τὸ μηδὲν ἔχειν γλίσχρον. διαγνωστικὸν οὖν εἶναι προσήκει τὸν ὀρθῶς χρησόμενον ταῖς τροφαῖς, πρῶτον μὲν τῆς κατ' ἀραιότητά τε καὶ πυκνότητα τοῦ δέρματος ἐν τοῖς ἀνθρώποις διαφορᾶς, ἐφεξῆς δ' αὐτῇ τῆς ὅλης τοῦ σώματος κράσεως, εἶθ' ἑξῆς εἰ σώζει πάντα τὰ μόρια τοῦ σώματος τὴν οἰκείαν κρᾶσιν. ἐνίοτε μὲν γὰρ ἡ κεφαλή ἐστι θερμοτέρα τοῦ προσήκοντος, ἡ γαστὴρ δὲ ψυχροτέρα, πολλάκις δὲ τοὐναντίον ἡ γαστὴρ μὲν θερμοτέρα, ψυχροτέρα δ' ἡ κεφαλή· καὶ τἄλλα μόρια πάνθ' ὡσαύτως. ἡ μὲν οὖν ἄλλη πᾶσα θεραπευτική τε καὶ ὑγιεινὴ μέθοδος ἁπάντων ὁμοτίμως ἐστόχασται, τὰ δὲ κατὰ τὰς τροφὰς ἐξαίρετον μὲν ἔχει καὶ πρῶτον σκοπὸν, ὅπως ἄριστα πεφθήσεται, δεύτερον δὲ ἐπὶ τῷδε, τὸν ἀναδοθησόμενον ἐκ τῆς πεφθείσης τροφῆς χυμὸν ἐπιτήδειον εἶναι τῇ κράσει τῶν ἄλλων μορίων. ἀναγ-

in medio confiftant, nec non lentoris qualitatumque huic ipfi contrariarum, fragilitatis fcilicet et friabilitatis. Ineft fragilitas ficcis et duris valde, friabilitas mollibus et inter humiditatem et ficcitatem mediis; utrisque commune, ut nihil habeant glutinofi. Cui igitur rectus alimentorum conftare ufus debet, is dignofcat oportet principio rarae denfaeque hominum cutis differentias, deincepsque ab his univerfam corporis temperiem, poftremo num partes corporis fingulae temperiem propriam fervent. Contingit enim aliquando, ut caput jufto calidius fit, ventriculus autem frigidior; atque etiam a diverfo faepenumero, ut calidior ventriculus, caput frigidius reperiatur; idemque in partibus aliis accidit. Ac curandi quidem et incolumitatis tuendae reliqua ratio omnis fcopum aeque in omnia dirigit; quae vero alimenta tractat, peculiarem hunc habet, quem primo intueatur, ut optime ea coquantur, proximeque, ut diductus concocti alimenti fuccus caeterarum partium temperiei

καία τοιγαροῦν ἐκ τῶνδε φαίνεται τοῖς ὀρθῶς μέλλουσι χρῆσθαι τροφαῖς ἡ περὶ κράσεως πραγματεία. καὶ τοίνυν ὡς γεγυμνασμένῳ σοι κατ᾽ αὐτὴν, ὅσον ἔθ᾽ ὑπόλοιπόν ἐστιν εἰς εὐχυμίαν τε καὶ κακοχυμίαν ἀναγκαῖον ἐγνῶσθαι, προσθήσω, τὴν ἀρχὴν ἀπὸ τῶν οἴνων ποιησόμενος.

Κεφ. ια΄. Ὅσοι μὲν οὖν αὐτῶν ὑδατώδεις εἰσὶ καὶ λεπτοὶ κατὰ σύστασιν, οὔρησίν τε κινοῦντες, ὀλιγίστην παρέχουσι τῷ σώματι τροφήν· ὅσοι δὲ παχεῖς, ὥσπερ ὁ Θηραῖός τε καὶ ὁ Σκυβελίτης, ἀξιολόγως τρέφουσι. διαφέρουσι δ᾽ ἀλλήλων τῷ μᾶλλόν τε καὶ ἧττον ἀνάλογον τῷ πάχει. τοιοῦτος δέ ἐστιν οἶνος παρ᾽ ἡμῖν ἐν Αἰγαῖς καὶ Περπερίνῃ, τῇ μὲν ὁμόρῳ Μυρίνῃ, τῇ δὲ Περγάμῳ. τελέως μὲν οὖν εἰσι γλυκεῖς ὅ τε Σκυβελίτης καὶ ὁ Θηραῖος, αὐστηρὸς δὲ ἅμα καὶ γλυκὺς ὁ Κιλίκιος ὁ Ἀβάτης, ἀπὸ χωρίου τὴν προσηγορίαν ἔχων, ὁ δ᾽ ἐν Αἰγαῖς καὶ Περπερίνῃ μέσοι τούτων εἰσὶν, οὔτε γλυκεῖς ἀκριβῶς ὄντες, οὔτε στύψιν ἔχοντες ἀξιόλογον ὁμοίως τῷ Κιλικίῳ. [435] μέλανες δὲ πάντες οὗτοι τυγχάνουσιν ὄντες· οὐδὲ γὰρ ἂν εὕροις οὐδένα παχὺν ἅμα

accommodus fit. Videri itaque ob haec necessarium possit opus de temperamentis iis, qui recte usuri sint alimentis. Tibi igitur, ut in opere hoc exercitato, addam, quaecunque restant de succorum bonitate et vitio necessario scienda, sumpto a vinis exordio.

Cap. XI. Ergo, quaecunque in his aquosa sunt ac substantia tenui, urinamque cient, corpori alimentum suggerunt paucissimum; crassa vero, ut Theraeum et Scybelites, valde nutriunt; distant tamen invicem majoris minorisque ratione pro crassitiei modo. Tale reperitur apud nos vinum Aegis et Perperinae, illis Myrinae finitimis, hac Pergamo. Summe igitur dulcia sunt Theraeum et Scybelites; austerum una ac dulce Cilicium, Abates, sic ex loco vocatum; medium inter haec locum tenet, quod ex Aegis est et Perperina, ut quod neque exquisite dulce sit, neque vero evidenti usque adeo, ut Cilicium, astringendi vi polleat. Nullum est horum non nigrum; neque enim vinum reperias crassum

καὶ γλυκὺν οἶνον, ὃς οὐκ ἔστι μέλας. ἐὰν οὖν τῶν λευκοτάτων οἴνων ἑψήσῃς τὸ γλεῦκος, ὡς τὸ καλούμενον ἐργάσασθαι σίραιον, ὅπερ ἕψημα παρ᾽ ἡμῖν ὀνομάζεται, μέλαν ἴσχει τὸ χρῶμα πα(359)ραπλησίως τῷ Θηραίῳ. μέλαν δὲ καὶ τὸ τοῦ Καρυΐνου χρῶμ᾽ ἐστὶ, γλυκέος ὄντος αὐτοῦ. τὸ δὲ τοῦ Θηρίνου μέλαν μὲν, ἀλλ᾽ οὐκ ἴσον τῷ Καρυΐνῳ· ἀπολείπεται γάρ τι καὶ τῇ γλυκύτητι τοῦ Καρυΐνου. λευκὸς δὲ οἶνος οὐδεὶς γλυκύς ἐστιν, ἀλλὰ τινὲς μὲν αὐστηροί τε καὶ παχεῖς, τινὲς δ᾽ ὑδατώδεις τε καὶ λεπτοί. ξανθοὶ δὲ καὶ κιῤῥοὶ, τινὲς μὲν γλυκεῖς εἰσι μετρίως, ὥσπερ Ἱπποδαμάντειός τε καὶ Φαυστιανὸς Φαλερῖνος, ἔνιοι δ᾽ ὅλως γλυκεῖς. οἱ δ᾽ ἐρυθροὶ παχύτεροι τούτων, ὥσπερ γε τούτων ἕτεροι, πλησιάζοντες ἤδη κατὰ τὸ χρῶμα τοῖς μέλασιν. ἡ τροφὴ δ᾽ ἐξ ἁπάντων ἐστὶν αὐτῶν ἀνάλογος τῷ πάχει. καὶ διὰ τοῦτο τοῖς μὲν ἀναθρέψεως δεομένοις ἐπιτρεπτέον πίνειν τοὺς γλυκεῖς, καὶ μάλισθ᾽ ὅταν ἀμέμπτως ἔχωσι τὰ καθ᾽ ἧπάρ τε καὶ σπλῆνα καὶ νεφρούς· τοῖς δ᾽ ἤδη παχὺν ἠθροικόσι χυμὸν ἐν ταῖς φλεψὶν οἱ λεπτοὶ κατὰ τὴν σύστασιν χρήσιμοι, ψυχρῶν μὲν ἠθροισμένων ἐν ταῖς φλεψὶ χυμῶν, οἱ δριμεῖς καὶ

una ac dulce, quod non idem nigrum quoque fit. Certe fi mustum ex omnium maxime albo vino decoquas usque eo, ut fapa inde existat, quod nos defrutum vocamus, colorem nigrum acquirit ad Theraei instar. Color est Caryino etiam, quod ipsum quoque dulce, niger; niger et Therino, fed non usque eo, ut Caryino, a quo dulcedine quoque degenerat. Inter alba vina dulce nullum, fed funt ex his quaedam austera et crassa, quaedam aquofa et tenuia. Fulva flavaque alia mediocriter dulcia, ut Hippodamantium est et Faustianum Falernum, alia neutiquam dulcia funt. His crassiora habentur rubra; rubris alia, quae jam colore proxime ad nigra accedant. Inest alimentum omnibus pro crassitiei ratione; ideoque iis, qui ut reficiantur opus habent, concedendus est vini dulcis usus, praecipue vero fi nihil his vitii fuerit in jecore, liene ac renibus; quibus vero crassior in venis humor redundat, iis fubftantia tenue ex usu est; acre quidem ac vetustum, fi frigidus collectus in venis humor

Ed. Chart. VI. [435.] Ed. Baf. IV. (359.)

παλαιοὶ, μὴ ψυχρῶν δὲ, ὅσοις τούτων οὐδέτερον ὑπάρχει. βελτίους μὲν οὖν εἰς εὐχυμίαν οἱ εὐώδεις, ἀλλὰ καὶ κεφαλὴν πλήττουσι· κρείττους δ' εἰς οὔρησιν οἱ λεπτοὶ, κεφαλῆς δ' οὐδ' ὅλως ἅπτονται. φεύγειν δὲ τοὺς παχεῖς ἅμα καὶ δυσώδεις καὶ ἀηδεῖς καὶ αὐστηροὺς, οἷός ἐστιν ὁ φαῦλος Βικὸς ἐν τοῖς μεγάλοις κεραμίοις, ὁ δ' ἐν τοῖς μικροῖς οὔτ' ἀηδὴς, οὔτε δυσώδης, οὔτε παχὺς ἄγαν ἐστὶν, ἀλλ' οὐδὲ τὴν στύψιν ἔχει στρυφνήν· εὔχυμος δ' οὐδ' οὗτος, ὥσπερ οὐδὲ κακόχυμος, ἀλλ' ἐν τῷ μεταξὺ τῶν εὐχύμων τε καὶ κακοχύμων ἐστί. τῶν γε μὴν εὐχυμοτάτων οἴνων καὶ ὁ Φαλερῖνός ἐστι, καὶ μᾶλλον ὁ γλυκύτερος. ἐκ ταὐτοῦ δὲ γένους τῷδε καὶ ὁ κιῤῥὸς Τιμωλίτης ὁ γλυκύς. ἔστι γὰρ καὶ τούτου τὸ ἕτερον εἶδος αὐστηρὸν, οὐχ ὁμοίως εὔχυμον, ὥσπερ οὐδ' ἄλλος οὐδεὶς αὐστηρὸς ἱκανῶς, εἰ καὶ ῥώμην ἐντίθησιν ἐκλύτῳ στομάχῳ καὶ γαστρὶ, καὶ μάλιστα κατὰ δυσκρασίαν θερμὴν πεπονθόσιν. ἕνεκα γὰρ τούτου καὶ τοῦ συστῆσαι ῥεομένην γαστέρα χρώμεθα τοῖς αὐστηροῖς οἴνοις, ἄλλως οὐκ ἂν χρησάμε-

fuerit; qui fi frigidus non fit, tum, cui neutrum horum adeft, convenit. Ac odorum quidem ad fucci bonitatem praeftat, caeterum caput ferit; tenue ciendae urinae melius, nec quicquam caput tentat. Vitanda funt, quae craffa fimul et graveolentia infuaviaque et auftera fuerint, cujusmodi habetur vile Bicyum, quod in magnis lagenis adfervatur; in parvis enim fervatum neque infuave, neque graveodorum eft, nec craffum valde; fed nec aftringendi facultate praeditum eft acerba; verum ne ipfum quidem boni fucci fuerit, ficuti fane nec mali, fed inter ea, quae malo bonoque fucco conftant, medium. Ex iis, quae optimi fucci funt, Falernum eft, dulce praefertim; ejusdem generis eft fulvum Tmolites, quod dulce fit; nam alterum hujus genus reperitur aufterum, quod fucci non perinde boni fit, quemadmodum ne aliud quidem ullum fuerit, quod fupra modum aufterum fit, etiamfi ftomacho refoluto robur addat ventrique, maxime calida intemperie laborantibus. Hac enim gratia vinis utimur aufteris, ut citam alvum fiftamus, alioqui non ufuri,

Ed. Chart. VI. [435.] Ed. Baf. IV. (359.)

τοι διὰ τὸ μήτ' ἀναδόσει τροφῆς, μήθ' αἱματώσει, μήτ' εὐχυμίᾳ, μήτ' οὔρων εὐροίᾳ, μήθ' ἱδρώτων ἐκκρίσει, μήτε γαστρὸς ὑπαγωγῇ συντελεῖν αὐτούς. ἀλλ' οὐ πρόκειται νῦν οὔτ' ἀρετὰς οὔτε κακίας οἴνων πάσας διέρχεσθαι, καὶ μάλισθ' ὅσοι διαφέρουσι νόσοις. ὅπερ οὖν πρόκειται, πάλιν ἀναληφθὲν ἐν κεφαλαίοις βραχέσιν εἰρήσεται. τοῖς χολωδεστέροις σώμασιν, εἴτε διὰ φυσικὴν δυσκρασίαν, εἴτε δι' ἐπίκτητον ὁπωσοῦν γεγονυῖαν, οὔτε Φαλερῖνος, οὔτε Τμωλίτης κιῤῥὸς γλυκὺς, οὔτ' Ἀριούσιος, οὐδ' ὁ Λέσβιος ὁ εὐώδης τε καὶ κιῤῥὸς, ὅμοιος τοῖς προειρημένοις ὢν, ἐπιτήδειος πίνεσθαι· θερμοὶ γὰρ ἅπαντες οἱ τοιοῦτοι. μήτ' οὖν χολώδεσι, μήτε τοῖς ἐξ ἐγκαύσεως, ἢ καμάτων πολλῶν, ἢ ἐνδείας, ἢ λύπης, ἢ ὥρᾳ, ἢ χώρᾳ καὶ καταστάσει θερμῇ, διδόναι τοιοῦτον οἶνον. ἐξ ὑπεναντίου μὲν οὖν ἀγαθὸς ἅπασι τοῖς θερμαίνεσθαι δεομένοις, φλεγματώδεσί τε καὶ ψυχραῖς κράσεσι, καὶ χυμῶν πλῆθος ὠμῶν ἠθροικόσιν, ἀργῶς βιοῦσιν ἐν χωρίῳ ψυχρῷ καὶ χειμῶνι καὶ καταστάσει ψυχρᾷ καὶ ὑγρᾷ.

quod ea neque alimento diducendo conferant, nec gignendo fanguini, nec fucci bonitati, nec ciendis urinis, nec fudoribus promovendis, neque vero fubducendae alvo. Sed non eft praefentis inftituti vini virtutes aut vitia omnia exequi, praefertim quae ad morbos faciunt; quod igitur propofueram, brevibus fummis comprehenfum explicabitur. Corporibus biliofioribus, five naturalis intemperies ea fuerit, five qualitercunque tandem acquifititia, nec Falernum nec Tmolites fulvum dulceque, neque Ariufium, nec Lesbium fulvum illud et odorum, praedictis haud abfimile, utiliter bibuntur; funt enim hujusmodi calida omnia. Nec biliofis igitur vinum tale concedendum eft, nec peruftis, neque in labore multo aut inedia aut moerore, aut anni tempore, regionibus vel coeli ftatu calido. Idem e diverfo in iis probatur, qui excalefactione opus habent, ac pituitofae frigidaeque intemperiei, crudiorumque humorum copiam colligentibus, vitam ducentibus otiofam in regione frigida, hyemis tempore, coeli ftatu frigido atque humido. His omnibus fulvum

τούτοις μὲν ἅπασιν ἀγαθὸς ὁ κιῤῥὸς οἶνος καὶ γλυκύς· ἐναντίος δὲ τοῖς ἐναντίως ἔχουσιν, οὐχ ὡς κακοχυμίαν ἐργαζόμενος, [436] ἀλλ᾽ ὡς θερμαίνων τοὺς ψύχεσθαι δεομένους. ἕτοιμον γὰρ αὐτοῖς ἐστι τοῦτον πίνουσιν καὶ κεφαλὴν ἀλγῆσαι καὶ πυρέξαι καί τι τοῖς νεύροις παθεῖν. οἱ δὲ τῶν κιῤῥῶν τε καὶ μετρίως γλυκέων, (οὐδεὶς γὰρ κιῤῥὸς ἄκρως ἐστὶ γλυκὺς,) ἐπὶ τὸ μελάντερον δὲ καὶ γλυκύτερον ῥέποντες, οὐχ ὁμοίως θερμοὶ τοῖς κιῤῥοῖς εἰσιν. εἰκότερον οὖν οὔτε κεφαλὴν, οὔτε νεῦρα βλάπτουσιν, οὔτε πυρετοὺς ἐξάπτουσιν ὡσαύτως ἐκείνοις. ὅτι δὲ γαστρὸς οἱ γλυκεῖς οἶνοι καὶ παχεῖς εἰσιν ὑπακτικοὶ, σχεδὸν οὐδεὶς ἀγνοεῖ, καθάπερ γε καὶ περὶ γλεύκους, ὅπως ἐστὶ φυσῶδες καὶ δύσπεπτον καὶ παχύχυμον καὶ μόνον ἀγαθὸν ἔχον ὑπάγειν γαστέρα, κἂν ἀτυχήσῃ ποτὲ τούτου, βλαβερώτερον γίνεται. πάντων δ᾽ οἴνων κοινόν ἐστιν, ὅσοι γε μὴ πάνυ παχεῖς εἰσι καὶ λίαν γλυκεῖς, ὥσπερ ὁ Θηραῖός τε καὶ ὁ Σκυβελίτης, ἐπειδὰν εἰς χρόνου μῆκος ἐκταθῶσι, ξανθὴν τὴν χρόαν γίνεσθαι καί τι καὶ στίλβον ἔχειν ὁμοίως πυρί. καὶ γὰρ οἱ μέλανες, οἷός πέρ ἐστιν ὁ παρ᾽ ἡμῖν ἐν Περ-

vinum dulceque bonum eſt, malum vero iis, qui contrario modo ſe habent, non quatenus ſuccos vitioſos creet, ſed quod calefaciat, quos refrigerare conveniebat: facile namque hi, ſi tale biberint, et caput dolent, et febricitant, et nervis aliquo pacto tentantur. In fulvis vero ac mediocriter dulcibus, (quando fulvum nullum ad ſummum dulce ſit,) quae ad nigredinem magis ac dulcedinem vergunt, perinde calida non ſunt atque fulva: ergo merito nec capiti nocumentum inferunt, nec nervis, neque, ut fulva, febres accendunt. Dulcia autem vina craſſaque quod alvum ſubducant, nullus fere eſt, qui ignoret, ſicuti muſtum quoque, quod ſcilicet et flatulentum ſit, et concoctu difficile, et craſſi ſucci, id unum in ſe boni continens, quod alvum emolliat; quo ſi fruſtretur interdum, noxium adhuc magis evadit. Vinis omnibus (quae quidem nec craſſa valde, nec dulcia nimium ſint, ut Theracum eſt et Scybelites) commune id eſt, ut temporis tractu colorem flavum acquirant et ſplendeſcentis nonnihil habeant ignis inſtar: nam nigra quoque (cujusmodi

περίνη γιγνόμενος, εἰ χρονίσαιεν, εἰς ἐρυθρὰν μὲν ἢ κιῤῥὰν πρότερον ἀφικνοῦνται ποιότητα, μετὰ ταῦτα δ' εἰς ξανθότητα, καὶ ὁ λευκὸς, ὁποῖος ὁ Βιθυνὸς Ἀμιναῖος. ὀνομάζουσι δὲ Ῥωμαῖοι τὸν οὕτως παλαιωθέντα κέκουβον, ὃν οὐκ ἂν ἔτι γνωρίσαις ἐξ ὁποίου γένους ἦν. ἤδη δ' ὁ τοιοῦτός ἐστι καὶ πικρὸς καὶ διὰ τοῦτ' αὖ μὴ ἐπιτήδειος εἰς πόσιν. ἀλλ' οἵ γε καπηλεύοντες τοὺς οἴνους μιγνύντες τοῖς νέοις τοὺς τοιούτους, ὡς παλαιοὺς πιπράσκουσιν, ἐξαπατῶντες τῇ πικρότητι τοὺς ἀγνοοῦντας ἀκριβῶς οἴνων γεύεσθαι. φεύγειν οὖν χρὴ τῶν οὕτω παλαιῶν τὴν πόσιν, ὥσπερ καὶ τῶν πάνυ νέων. οἱ μὲν γὰρ ὑπερθερμαίνουσιν, οἱ δ' οὐδ' ὅλως θερμαίνουσιν, ἔστ' ἂν ὦσιν νέοι. τοσοῦτον γὰρ δέουσιν συντελεῖν τι ταῖς τῶν σιτίων πέψεσιν, ὥστ' αὐτοὶ μόλις πέπτονται. πρὸς τούτοις δ' οὐδ' ὑπέρχονται κατὰ τὴν κοιλίαν, οὔτ' ἀναδίδονται ῥᾳδίως, οὔτ' οὖρα προτρέπουσιν, οὔθ' αἱματώσει συντελοῦσιν, οὐδὲ θρέψει, διαμένουσι δ' ἐπὶ πλεῖστον ἐν τῇ γαστρὶ μετέωροι παραπλησίως ὕδατι, κἂν βραχύ τις αὐτῶν

eft apud nos, quod Perperinae provenit) veterafcentia in rubram prius aut fulvam qualitatem, deinde in flavum quoque colorem abeunt: fic album quoque, quale eft Bithynum Aminaeum. Inveteratum ita vinum cecubum Romani vocant, cujus tu deinde genus non facile deprehendas. Jam hujusmodi vinum amarum quoque fuerit, ideoque non perinde potui accommodum. Vina hujuscemodi eorum mangones, novellis admixtis, ut vetufta divendunt, impoftura facta ex amaritudine iis, qui vini guftum non exacte affequuntur. Ergo adeo vetuftorum potus fugiendus, ficuti novellorum nimium; haec enim plus jufto, ifta neutiquam excalefaciunt. Maxime autem a vinis natura craffis abftinere convenit, donec novella funt, fiquidem tantum abeft, ut ad ciborum concoctionem conducant, ut vel ipfa aegre concoquantur; praeterea nec alvum fubeunt, nec facile diftribuuntur, neque urinas movent, nec fanguificationi, nec nutritioni conferunt; tum in ventre diutius moram trahunt fufpenfa, ut aqua; fique de his paululum quis biberit, prom-

πίῃ, ῥᾳδίως ὀξύνονται. μόνους δ' ἄν τις τοὺς νέους ἐπ' ἀγαθῷ πίνοι τοὺς λεπτοὺς τῇ συστάσει, καθάπερ ἐν Ἰταλίᾳ ὅ τε Γαυρίας ὀνομαζόμενός ἐστι, καὶ ὁ Ἀλβανὸς, ἔνιοί τε τῶν ἐν τοῖς Σαβίνοις τε καὶ Θούσκοις γεννωμένων· οὐ γὰρ δὴ πάντες εἰσὶ τοιοῦτοι. καὶ περὶ Νέαν δὲ πόλιν ὁ κατὰ τὸν ὑπερκείμενον αὐτῇ λόφον Ἀμιναῖος ἐν τάχει πότιμος γίνεται. κατὰ δὲ τὴν Ἀσίαν παρ' ἡμῖν ὅ τε Τιβηνός ἐστι τοιοῦτος, καὶ ὁ Ἀρσυϊνος, καὶ μετ' αὐτοὺς ὁ Τιτακαζηνός. ἀλλὰ τούτους μὲν ὡς ἐπὶ παραδείγματος προὐχειρισάμην, ἐθεασάμην δὲ τοιούτους οἴνους ἐν ἅπασι σχεδὸν τοῖς ἔθνεσιν· ἀλλ' ἀγνοοῦσιν αὐτοὺς οἱ ξένοι κατὰ διττὴν αἰτίαν, ὅτι τε παντάπασιν ὀλίγοι γεννῶνται, καὶ διότι μακρὸν πλοῦν οὐ φέρουσιν, ὡς ὑπὸ τῶν ἐμπόρων μὴ δύνασθαι εἰς ἄλλην χώραν μετακομίζεσθαι. διορίσαις δ' ἂν ῥᾳδίως τοὺς τοιούτους οἴνους, πρῶτον μὲν καὶ μάλιστα τῇ λεπτότητι, πλησίον ἥκοντας ὕδατος, εἶτα καὶ λευκότητι, καὶ γευομένῳ δ' ἄν σοι φανεῖεν ὑδατώδεις, οὐδεμίαν ἔχοντες ἰσχυρὰν στύψιν, ἔν τε τῷ κεράννυσθαι μὴ φέροντες ὕδατος

pte id acefcit. Sola ea bona effe poffunt, fi bibantur, novella, quae fubftantia tenuia funt, quod genus in Italia eft, quod Caurium vocant, et Albanum, et eorum, quae in Sabinis et Thufcis nafcuntur, quaedam; neque enim cuncta hujusmodi funt. Sed circa Neapolim quoque in imminenti huic colle natum Aminaeum quamprimum bibi poteft. Tale eft in Afia apud nos Tibenum, et Arfyinum, deinde etiam Titacazenum. Atque haec ego exempli caufa retuli. Caeterum hujusmodi vina ubique fere gentium reperi, fed quae advenae ignorent duplici de caufa, tum quod pauciffima omnino proveniunt, tum vero quod longam navigationem non fuftineant, nec poffint propterea a mercatoribus in alienas regiones tranfvehi. Promptum tamen fuerit talia vina dignoviffe, omnium quidem in primis quod ea tenuitate ad aquam proxime accedant, deinde albedine quoque; quin guftata videri etiam aquofa poffint, quaeque aftringendi vim evidentem nullam obtineant, interque diluendum aquae

Ed. Chart. VI. [436. 437.] Ed. Baf. IV. (359. 360.)

μίξιν πολλήν· διὸ καὶ πρὸς τῶν παλαιῶν ἰατρῶν ὀλιγοφόροι κέκληνται. καὶ μέντοι καὶ καθάπερ οἱ κιῤῥοὶ θερμοὶ τὴν δύναμιν ὄντες αὐτίκα πληροῦσι τὴν κεφαλὴν, οὕτως οἱ τοιοῦτοι πρὸς τῷ μηδέποτε βλάπτειν αὐτὴν ὠφελοῦσιν, ἐνίοτε παύοντες ὀδύνας μικράς τινας, ὅσαι διὰ τοὺς ἐν τῇ κοιλίᾳ χυμοὺς εἰώθασι γίγνεσθαι. τῆς γάρ τοι κεφαλῆς, οὐ μόνον ὅταν αὕτη πάσχῃ τι πάθος ἴδιον ὀδυνωμένη, [437] ἀλλὰ καὶ διὰ τὴν κοιλίαν ἀναπέμπουσαν ἀτμοὺς χυμῶν μοχθηρῶν, ἡ τοιαύτη κεφαλαλγία δι᾽ οἴνου πόσεως ὀλιγοφόρου ἴαται βραχεῖαν ἔχοντος στύψιν. ὅσοι γὰρ ἔκλυτοι παντάπασίν εἰσιν, ὥσπερ ὁ παρ᾽ ἡμῖν Τιβηνὸς, ἐν Ἰταλίᾳ δὲ τῶν Σαβίνων ἔνιοι, τοσούτῳ χείρους ὑπάρχουσι τῶν ἀτρέμα στυφόντων, ὅσῳ βελτίους εἰσὶν ὕδατος. εὕροις γὰρ ἄν ποτε καὶ δι᾽ ὕδατος πόσιν ἀλγοῦντας ἐνίους τὴν (360) κεφαλὴν, καὶ μάλισθ᾽ ὅταν ᾖ μοχθηρὸν, ὡς αὐτοῦ τε διαφθειρομένου καὶ τὸν φυσικὸν τόνον ἐκλύοντος. τῆς δὲ γαστρὸς ἀτονησάσης ἰχῶρες χολώδεις εἰώθασιν συῤῥεῖν ἐκ τοῦ σώματος εἰς τὸ κύτος αὐτῆς, ὥσπερ τοῖς νηστεύσασιν, ὧν τῆς

multae mixturam non ferant; unde ea veteres medici paucifera vocarunt. Quin imo, quemadmodum fulva, quae potentia calida funt, ftatim caput replent, fic haec praeter id, quod nihil unquam noxae afferunt, etiam juvant, fedatis interdum doloribus parvis quibusdam, quos contenti in ventre humores procreare folent. Nam quum caput non folum tunc doleat, quum ipfum affectu proprio laborat, fed etiam ob ventriculum, qui humorum vitiofiorum vapores tranfmittat, hujusmodi dolor vini pauciferi potione fanatur, cui pauca infit aftringendi vis; nam quae omnino exolutione languent, ut Tibenum apud nos, in Italia autem nonnulla ex Sabinis, tanto funt iis, quae modice aftringunt, deteriora, quanto aquam bonitate vincunt. Invenias certe quosdam, quibus ex aquae potu dolore caput corripiatur, praefertim vero, quum ea vitiofa fuerit, quippe quae quum corrumpitur, tum nativum ventriculi robur exolvit, qui quum imbecillus fuerit, folent eo ex corpore deferri humores ex bile tenues quidam, id quod jejunantibus etiam ufu venit; a qui-

Ed. Chart. VI. [437.] Ed. Baf. IV. (360.)

κακίας τε καὶ βλάβης ὁ προειρημένος οἶνος ἐλευθεροῖ τὸν ἄνθρωπον, ἐκ μὲν τοῦ παραχρῆμα τῷ τῆς ἐπικράσεως λόγῳ, μετὰ βραχὺ δὲ καὶ τῷ ῥωσθεῖσαν τὴν κοιλίαν ὠθεῖν ἀφ᾽ ἑαυτῆς κάτω τὰ λυποῦντα. ταῖς μέντοι θερμαῖς πάνυ κράσεσι τῶν ἀνθρώπων, ἢ διὰ φύσιν, ἢ διὰ ἡλικίαν, ὠφελιμώτερον οἴνου ποτὸν ὕδωρ ἐστίν· εἰ δέ ποτε καὶ δεήσειεν οἴνου, τό τε λεπτὸν καὶ μετρίως αὐστηρὸν αὐτοῖς διδόναι. κατὰ δὲ τὸν αὐτὸν τρόπον ἐπὶ πάντων ἐδεσμάτων τε καὶ πομάτων οὐχ ἁπλῶς ἑκάστῳ χρῆσθαι βέλτιον, ἀλλὰ μετὰ τοῦ διορίσασθαι τὰς φύσεις τῶν χρησομένων. ἔστι δὲ μεγίστη μὲν ἐν τοῖς οἴνοις διαφορὰ, κατ᾽ εἴδη σκοπουμένων ἡμῶν, ὡς διήρηται, βραχεῖα δ᾽ ἐν τοῖς ἄλλοις· οὐ γὰρ ἂν εὕροις ποτε φακῆν ἢ κράμβην ὑγραίνουσαν, ἀλλ᾽ ἧττον μὲν ἑτέραν ξηραίνουσαν, ὑγραίνουσαν δ᾽ οὐδεμίαν. ἔτι δὲ μᾶλλον οὐκ ἂν εὕροις τι γένος κρομμύων, ἢ πράσων, ἢ σκορόδων ψῦχον, ἀλλ᾽ ἧττόν τε καὶ μᾶλλον θερμαῖνον· οὐκ οὖν οὐδὲ θριδακίνην θερμαίνουσαν, οὐδ᾽ ἀτράφαξυν, ἢ βλίτον, ἢ ἀνδράχνην. οὐ μὴν οὐδὲ τὸ μᾶλλον καὶ ἧττον ἐν αὐτοῖς

bus noxis malisque vinum, quale modo diximus, hominem liberum facit, primum quidem ftatimque contemperationis ratione, tum paulo poft, quod, quum robur addiderit ventriculo, is quae nocent a fe deorfum propellat. Nihilo tamen fecius homini temperie calidiffima praedito, vel naturali, vel ex aetate, utilius aqua bibitur, quam vinum; quod fi quando vino indigeat, dandum, quod tenue fit et mediocriter aufterum. Ad eundem plane modum in cibo omni ac potu praeftiterit non fimpliciter ita unoquoque uti, nifi diftinctis utentium prius naturis. Maxima porro vini difcrimina funt, fi quidem fpeciatim, ficuti diftinximus, confiderentur, pauca in aliis; neque enim lentem aut braffıcam reperias, quae humectet, fed aliam quidem alia ficcantem minus, quae vero humectet, nullam; longeque adhuc minus caeparum genus aliquod, aut porri, aut allii reperias, quod refrigeret, fed magis minusque cuncta calefaciunt, neque etiam lactucam, quae calefaciat, aut atriplicem, aut blitum, aut malvam. Neque tamen magis minusque in his

μεγάλην ἔχει διαφοράν. ἐπὶ δὲ τῶν οἴνων ὁ παλαιότατος, ὃν ἔφην ὑπὸ Ῥωμαίων ὀνομάζεσθαι κέκουβον, εἰς τοσοῦτον τοῦ λευκοῦ τε ἅμα καὶ αὐστηροῦ καὶ νέου διενήνοχε καὶ παχέος οἴνου, ὡς τὸν μὲν ἱκανώτατα θερμαίνειν, τὸν δὲ ψύχειν αἰσθητῶς.

Κεφ. ιβ'. Οὐκ ὀλίγη δ' ἐστὶ καὶ κατὰ τὸ μέλι διαφορά. τό γε μὴν μοχθηρὸν, ὡς ἤτοι δυσῶδες ὑπάρχειν, ἢ γευόμενον ἄλλην τινὰ ἐμφαίνειν ποιότητα μεμιγμένην, οὐδὲ μέλι τὸ τοιοῦτο. τοῦ δ' ἀμέμπτου μέλιτος αἱ διαφοραὶ κατὰ τὸ μᾶλλόν τε καὶ ἧττον ἐν γλυκύτητι καὶ δριμύτητι τυγχάνουσιν οὖσαι, τοῦ γλυκυτάτου τε καὶ δριμυτάτου εἰς ἄκρον ἥκοντος ἀρετῆς. ἀλλὰ τῷ γε θερμὸν εἶναι τῇ δυνάμει πᾶν, εἰς χολὴν μεταβάλλειν ἑτοίμως ἐν τοῖς θερμοῖς σώμασι κοινὸν αὐτῷ ἐστι· καὶ διὰ τοῦτο χρήσιμον ἔδεσμα φύσεσι μὲν φλεγματικωτέραις, ἡλικίαις δὲ πρεσβυτικαῖς, ὥσπερ γε καὶ νοσήμασι ψυχροῖς. ὀξύμελί γε μὴν χρησιμώτατον ἁπάσαις ταῖς ἡλικίαις τε καὶ φύσεσιν εἰς ὑγιεινὴν ἀσφάλειαν, ἐκφράττον ἁπάσας τὰς στενὰς διεξόδους, ὡς μηδα-

permagno difcrimine diftant. At in vinis vetuftiffimum, quod Romani, ficuti diximus, cecubum vocant, ab albo et auftero et novello craffoque vino tantum diftat, ut alterum vehementiffime calefaciat, alterum fenfibiliter refrigeret.

Cap. XII. Nec parva fane eft in melle differentia. Pravum certe, quod aut male olet, aut guftatum extraneae cujusdam qualitatis admixtionem detegit, nec mel quidem cenfendum. Inculpati vero mellis differentiae in eo verfantur, quod magis minusque aliud alio dulce atque acre fit: in quo quod dulciffimum fimul atque acerrimum fuerit, primas virtutis partes obtinet. Mel quidem omne, eo quod potentia calidum fit, id commune habet, ut facile in bilem vertatur in corporibus calidis, ideoque naturis, quae pituitofiores funt, cibus eft in primis accommodus, fenilique aetati, ficuti frigidis quoque morbis. Acetum mulfum aetati quidem omni et naturae utiliffimum ad incolumitatem tuto fervandam, quo viae omnes anguftae expediuntur, ut nus-

μόθι παχὺν ἢ κολλώδη χυμὸν ἴσχεσθαι. διὰ τοῦτό γ' ἔτι καὶ τὰ καλούμενα πρὸς τῶν ἰατρῶν ὑγιεινὰ φάρμακα τῆς λεπτυνούσης ἅπαντά ἐστι δυνάμεως· καὶ ἀσφαλέστερα μὲν εἰς ὑγείας φυλακὴν ἡ τοιαύτη τῆς παχυνούσης, εὐεξίαν δὲ καὶ ῥώμην ἀδύνατος ἐργάζεσθαι. βούλονται δ' ἔνιοι σφαλερῶς ὑγιαίνειν μᾶλλον εὐεκτοῦντες, ἢ βεβαίαν ὑγείαν κεκτῆσθαι διαπαντὸς ἰσχνοὶ καὶ ἀσθενεῖς ὄντες. [438] ἀλλὰ τούτων αὐτῶν ὅσοι σὺν εὐεξίᾳ καὶ ῥώμῃ τὴν ὑγίειαν ἔχειν ἐθέλουσιν, ἔνιοι μὲν ἑαυτοῖς σχολάζουσιν, ἔνιοι δὲ στρατιωτικὸν ἐπανήρηνται βίον, ἀναγκαζόμενοι καὶ νυκτὸς ἀναστῆναι, καὶ δι' ὅλης ἡμέρας ἀναγκαίαις πράξεσι κάμνειν δουλεύοντες· ὧν τὸ πρὸ τοῦ βαλανείου γυμνάσιον, οἷς γε δὴ δυνατὸν, ἴσχειν, κἂν τούτῳ τὸ καλούμενον ὑπὸ τῶν γυμναστικῶν ἀποθεραπευτικὸν, οἱ πολλοὶ δὲ δι' ἀσχολίαν οὐδὲ τούτῳ χρῆσθαι δύνανται. τούτοις οὖν ὑγιαίνειν ἀδύνατον διαπαντὸς, κἂν σωφρόνως διαιτῶνται. οἱ δὲ, ἐφ' ὅσον ἐγχωρεῖ, τὰ δέοντα πράττοντες ὀλιγάκις νοσήσουσιν. ἅπτεσθαι μὲν οὖν αὐτοῖς

quam craffus glutinofusque humor haereat. Eam itidem ob rem, quae medici falubria medicamenta vocant, ea funt omnia attenuandi vi praedita; atque haec uti ad fanitatis tutelam tutior eft ea, quae craffum facit, fic certe habitum bonum roburque praeftare non poteft. Sunt autem, qui malint non admodum tuta valetudine frui, dum bene habiti fint, quam integram fanitatem poffidere, ipfi interim tenues perpetuo atque imbecilles. Ex iis, qui cum bona una habitudine ac robore fani effe ftudent, alii fibi ipfis vivunt, alii militarem aut civilem vitam ingreffi noctu furgere coguntur, totamque diem neceffariis negotiis obeundis defatigari; qui, fi modo poffint, ante balneum exercere fe debent, tuncque exercitationis parte ea uti, quam gymnaftici apotherapiam nominant; multis tamen ob negotia ne hanc quidem adhibuiffe vacat, qui ut perpetuo incolumes perftent, fieri non poteft, quantumvis frugali victu utantur. Qui vero, quae debent, quoad ejus fieri poteft, exequuntur, raro aegrotant. Hi plane cibos attingant neceffe eft alimento

ἀναγκαῖόν ἐστι τῶν πολυτρόφων ἐδεσμάτων, ἃ παχεῖς γεννᾷ χυμούς. ἀλλὰ μετρίως τε τοῦτο πρακτέον, ἐν ἐκείνοις τε τοῖς καιροῖς, ὁπότε σαφῶς ἐνδείας αἰσθάνονται· τὸν δὲ ἄλλον χρόνον ἅπαντα τοῖς μέσοις ἐδέσμασι τῶν ὀλιγοτρόφων καὶ πολυτρόφων χρηστέον.

Κεφ. ιγ΄. Ἀφεκτέον μὲν ἀεὶ τῶν κακοχύμων, πλὴν εἴποτε δέοι κάμνοντας ὥρᾳ θέρους θεραπεύεσθαι τήν τε ξηρότητα καὶ τὴν θερμασίαν ὅλου τοῦ σώματος. ἐπιτήδεια γὰρ ἐν ἐκείνῳ τῷ καιρῷ καὶ μῆλα, καὶ κοκκύμηλα, καὶ μόρα, καὶ κεράσια προσληφθέντα. καὶ σικύου δὲ καὶ πέπονος οὐ πολὺ προσενέγκασθαι τηνικαῦτα, καὶ μηλοπέπονος, ἔτι τε τῶν πραικοκίων ὀνομαζομένων ἢ Περσικῶν ἐγχωρεῖ, καθάπερ γε καὶ τῆς καλουμένης παρὰ Ῥωμαίοις μέλκης ἐψυχρισμένης, ἀφρογάλακτός τε καὶ τῶν διὰ γάλακτος ἐδεσμάτων, ὁποῖόν ἐστι καὶ τὸ καλούμενον ἀργιτρόφημα· καὶ σῦκα δὲ ὁμοίως ψυχρὰ καὶ κολόκυνθαι τοῖς οὕτω διακειμένοις ἐπιτήδειοι. σωφροσύνην δ᾽ ἀσκῶν ἄνθρωπος ἑτέρῳ τρόπῳ τὸν ἐπὶ τοῖς εἰρημένοις καμάτοις αὐχμὸν τοῦ

multo praeditos, qui humores craſſos gignunt; id quod moderate certe faciendum, eoque tempore opportune, quum manifeſto indigentiam ſentiunt; reliquo tempore univerſo cibis utendum inter eos, qui valenter parumque nutriunt, mediis.

Cap. XIII. Semper tamen ab iis abſtinendum, qui ſucci mali ſunt, niſi ſi quando tamen neceſſe ſit aeſtatis tempore laborantibus corporis totius ſqualorem caloremque curare. Quo plane tempore commode ſumi prius poma poſſunt, et pruna, et mora, et ceraſa; quin et cucumeris tunc, et peponis, et melopeponis paululum aſſumi poteſt, deque praecociis, quae vocant, aut Perſicis; tum ex melca, quam ſic Romani vocant, refrigerata et aphrogalacte lactariisque eduliis, cujusmodi eſt, quod *ἀργιτρόφημα* vocant; eodemque modo ficus frigidae et cucurbitae accommodae ſic affectis. Atqui temperatus homo aliter omnino poſſit contractum ex praedictis laboribus corporis ſqualorem refrige-

Ed. Chart. VI. [438.] Ed. Baf. IV. (360.)

σώματος ὑγραίνειν τε καὶ ψύχειν δύναται. παραγενόμενος γὰρ ἀπὸ τοῦ βαλανείου, καὶ προπιὼν ὕδατος μὲν πρῶτον, εἶτ' οἴνου μετρίως ὑδαροῦς, ἐμέσας τε πᾶν ὃ ἔπιε, θριδακίνης μὲν πρῶτον, ἀβλαβοῦς τε ἅμα καὶ ψύχοντος λαχάνου, προσενέγκασθαι δύναται, μετὰ ταῦτα δὲ δι' ὄξους τε καὶ γάρου ποδὸς ὑείου καλῶς ἑψημένου, καὶ πτερῶν ἀλεκτορίδος, ἢ χηνὸς, ἢ καὶ τῆς γαστρὸς αὐτοῦ, καί τινος ἰχθύος τηγανιστοῦ τῶν ἁπαλοσάρκων, εἰ δὲ βούλοιτο, καὶ λαχανώδους τινὸς ἅψασθαι τῶν μὴ κακοχύμων, ὁποῖόν ἐστι μαλάχη τε καὶ κολόκυνθα, μετὰ ταῦτα δὲ πιεῖν οἶνον ὕδατι ψυχρῷ πάνυ κεκραμένον. ἅπτεσθαι δὲ καὶ ταρίχου πρὸ τούτου, καὶ τῶν ὀνομαζομένων τρομητῶν ᾠῶν, ἰχθύων δὲ δι' ἐλαίου καὶ γάρου λαμβανομένων ἐγχωρεῖ. βέλτιον γὰρ, ὡς ἔφην, ὕδατι ψυχρῷ τὴν ξηρὰν θερμότητα τοῦ σώματος ἰάσασθαι, φεύγοντας ἀεὶ τὰ κακόχυμα τῶν ἐδεσμάτων. καὶ χόνδρος δὲ ψυχρὸς ἐξ οἰνομέλιτος καὶ οἴνου ψυχροῦ τὴν αὐτὴν τοῦ σώματος ἰᾶται διάθεσιν ἄνευ κακοχυμίας. ἐμοὶ δ' ἤρκεσε πολλάκις ἐν τοιαύτῃ διαθέσει γενομένῳ πτισάνης χυλῷ χρήσασθαι καλῶς ἐψυχρισμένῳ κατ' ἐκεῖνον τὸν

rare atque humectare. Is enim a balneo, epota prius aqua, deinde etiam vino mediocriter aquofo, tum potione hac omni vomitione rejecta, affumere prius lactucam poterit, olus innoxium juxta ac refrigerans, tum deinde fuillum pedem ex aceto et garo bene elixum, gallinarumque alas aut anferis, hujusque etiam ventrem, pifciumque molli carne praeditorum frictum aliquem. Poffit idem, fi velit, ex oleraceis quoque nonnulla attingere, quae fucci non mali fint, qualis eft malva et cucurbita, mox vinum bibere frigida valde dilutum, atque etiam antea falfamentum deguftare, ovaque tremula, quae vocant, ac pifces, ex oleo et garo qui fumuntur; praeftat enim (ficuti diximus) aridam corporis caliditatem frigida aqua curare, vitatis fubinde cibis fucco malo praeditis. Etiam frigida alica ex mulfo et frigido vino eidem corporis affectui remedio eft fine cacochymia. Mihi certe ipfi fatis plerumque fecit in affectu hujusmodi ptifanae cremoris bene refrigerati ufus, quo tempore

καιρὸν, ἐν ᾧ μικρὸν ἔμπροσθεν ἔφην ἐπιτηδείως ἄν τινα πιεῖν ψυχρόν. ἄλλο δ᾽ ἄλλῳ τὸ μέτρον ἔστω τοῦ ψύχοντος ἐδέσματός τε καὶ πόματος, οἷς μὲν χρῆσθαι χιόνι σύνηθες, ἐκείνῃ προψύχουσιν, οἷς δ᾽ ἀπὸ πηγῆς ὕδατι προσφάτῳ, μηδὲν χιόνος δεομένοις. ἔστω δὲ ὁ κεραννύμενος οἶνος ὡσαύτως [439] προεψυχρισμένος· οὕτως γὰρ ὀνομάζειν ἔθος ἐστὶ τοῖς ἰατροῖς τοὺς ἐν ὕδατι ψυχροτάτῳ προεψυγμένους, ἀγγείου δηλονότι τὸν οἶνον ἔχοντος ἐνισταμένου τῷ ὕδατι. ταῦτα μὲν οὖν ὑποτίθεμαι τοῖς ᾑρημένοις βίον ἐν ἀσχολίᾳ, καθάπερ οἱ διοικοῦντες ἔθνη καὶ πόλεις, ἔτι τε μᾶλλον οἱ τούτων ὑπηρέται, καὶ τούτων οὐδὲν ἧττον ὅσοι κατὰ πόλεμον ἢ ἐν ὁδοιπορίαις μακραῖς διατρίβουσιν. ὅσοι δὲ ἐλεύθεροι τῆς τοιαύτης ἀσχολίας, εἰ μὲν ἔθος ἔχοιεν γυμνάζεσθαι, σπανιώτατα δεήσονται πόσεως ψυχροῦ· μὴ γυμναζόμενοι δὲ, θέρους ὥρᾳ ἀκμαίου, θερμότητος αἰσθανόμενοι πολλῆς, ἀβλαβῶς ἂν ἀπὸ πηγῆς πίνοιεν ἀπεχόμενοι χιόνος. εἰ γὰρ καὶ παραχρῆμα τὰ νέα τῶν σωμάτων οὐδὲν αἰσθητὸν ἡ χιὼν

paulo ante dicebam frigidam potari commode poffe. Neque unus tamen fit unicuique refrigerantis cibi potusque modus; quibus quidem nive uti mos fuit, hac ipfa refrigerent ante, qui vero fontana, eadem hac recenti aqua utantur, nulla nivis neceffitate. Sit porro dilutum quoque vinum ad hunc modum ante refrigeratum; fic namque vocare medici folent vina ita gelidiffima aqua refrigerata, vafe videlicet, quo vinum continetur, in aquam demiffo. Atque haec ego iis confulo, qui vitam negotiis plenam degunt, cujusmodi funt, qui gentibus ac civitatibus regendis praefunt, horumque in primis miniftri, nec fane minus, qui militiam exercent, aut iter longinquum ingrediuntur. At quicunque negotiis his foluti degunt, iis, fi quidem, ut foliti funt, fe exerceant, perquam raro frigidae ufus neceffarius fuerit: quod fi fefe non exerceant, ac caloris multum perfentiant aeftate vigente, tuto ii fontanam biberint, repudiata nive. Nam tametfi ipfa ftatim nix noxa fenfibili non videatur juvenum corporibus officere, incre-

φαίνοιτο βλάπτουσα, λεληθότως γοῦν κατὰ βραχὺ τῆς βλάβης αὐξανομένης ἐπὶ προήκοντι τῷ χρόνῳ, παρακμαζούσης τε τῆς ἡλικίας, ἀνίατά τε καὶ δυσίατα αὐτοῖς νοσήματα γίνεται κατ' ἄρθρα καὶ νεῦρα καὶ σπλάγχνα. πάσχειν δὲ εἰκὸς ἑκάστῳ τῶν βλαπτόντων ἐκεῖνο τὸ μέρος τοῦ σώματος, ὅπερ ἀσθενέστατον ἦν φύσει.

Κεφ. ιδ'. Μέγιστον δ' εἴς τε κακοχυμίαν καὶ νόσον ἐστὶν ἀπεψία συνεχὴς, ἐάν τ' ἐπ' εὐχύμοις, ἐάν τ' ἐπὶ κακοχύμοις ἐδέσμασι γίγνηται· πρόδηλον δ', ὅτι πολὺ χείρων ἡ ἐπὶ τοῖς κακοχύμοις. διττῶν δ' ὄντων αὐτῶν, ἐπὶ μὲν τοῖς τὸν λεπτὸν γεννῶσι χυμὸν ὀξέα νοσήματα γίνεται μετὰ (361) κακοήθων πυρετῶν, εἰ δ' εἰς ἓν μόριον ἀποσκήψειεν ἡ κακοχυμία, τά τ' ἐρυσιπέλατα καὶ οἱ ἕρπητες, εἴ τέ τι θερμὸν οὕτω πάθος ἄλλο· ἐπὶ δὲ τοῖς τὸν παχὺν ἀρθρίτιδες, καὶ ποδάγραι, καὶ νεφρίτιδες, ἄσθματά τε καὶ σπληνὸς καὶ ἥπατος σκιῤῥώδεις διαθέσεις. οἷς δ' ἡ κακοχυμία μελαγχολικὴ, καρκῖνοι, καὶ λέπραι, καὶ ψῶραι, καὶ πυρετοὶ τεταρταῖοι, καὶ μελαγχολίαι, κακόχροιαί τε μέλαιναι μετὰ σπλη-

fcente tamen temporis proceffu occulto paulatim noxa, vergente nempe aetate, articuli his nervique ac vifcera morbis corripiuntur vix aut nunquam fanandis; ac verifimile certe fit, ut unicuique ea potiffimum corporis pars afficiatur, quae natura omnium maxime fuerit imbecilla.

Cap. XIV. Maxime autem ad fucci mali morborumque generationem facit cruditas affidua, five ea boni, five mali fucci cibos fequatur; liquet tamen, deteriorem effe in mali fucci cibis. Qui quum bipartiti fint, in iis, qui fuccum gignunt tenuem, morbi fiunt acuti cum malignis una febribus; fin autem in partem unam aliquando decumbat fuccus malus, tum eryfipelata, tum herpetes, et fi quis alius praeterea eft calidus ita affectus: in iis vero, qui craffum fuccum creant, articulares morbi, podagrae, nephritides, afthmata, lienisque ac jecoris fcirrhofi affectus. At quorum fuccus malus melancholicus fuerit, cancri his, et leprae, et pforae, et quartanae febres, et melancholiae, et decolorationes accidunt nigrae cum lienis una tumore non

νὸς ὄγκου παραπλησίου συμπίπτουσι, καὶ κιρσοὶ μέλανες αἱμοῤῥοΐδες τε πολλοῖς ἐγένοντο διὰ τοιοῦτον χυμόν. αἱ δ' ἐπίμικτοι διὰ πλεόνων χυμῶν διαθέσεις ἕρπητάς τε καὶ τὰ καλούμενα φαγεδαινικὰ τῶν ἑλκῶν, εἴτε τὰ κακοήθη πάντα, καὶ πυρετοὺς ὀξεῖς ὑποστροφὰς ἐπιφέροντας, ὡς εἰς χρόνον αὖθις ἐμπίπτειν, ἀπεργάζονται.

diffimili, quin et nigras plerisque varices et haemorrhoidas attulit hujuscemodi fuccus. Affectus vero ex fuccorum variorum commixtione herpetas faciunt, ulceraque, quae phagedaenica vocant, malignaque omnia, et acutas febres, quae ab intermiffione revertuntur, fic ut iterum tempore producantur.

ΓΑΛΗΝΟΥ ΠΕΡΙ ΠΤΙΣΑΝΗΣ ΒΙΒΛΙΟΝ.

Ed. Chart. VI. [499.] Ed. Baf. II. (489.)

Κεφ. α'. Ἐπειδὴ πρὸ μικροῦ τινὰς εὗρον τῶν ἰατρῶν περί τινα τῶν νοσούντων τῷ χυλῷ τῆς πτισάνης χρωμένους, μήτε, ἐφ᾽ ὧν ἐνδέχεται ἢ οὐκ ἐνδέχεται παρέχειν ἀῤῥώστων, προσδιοριζομένους, μήτε τὸν τρόπον, καὶ τὸ ποσὸν τῆς δόσεως, καὶ τὸν ἁρμόζοντα καιρὸν τῇ προσφορᾷ τοῦ ῥοφήματος προσαφορίζοντας, ἀλλ᾽, ὡς ἔοικε, τὴν τῆς πτισάνης χρῆσιν εὔθετον εἶναι λογιζομένους, ὁπηνίκ᾽ ἂν βουληθῶσι, ᾧδ᾽ ἔδοξέ μοι περὶ τῆς χρήσεως αὐτῆς ὅσα τῷ Ἱπποκράτει

GALENI DE PTISANA LIBER.

Cap. I. Quandoquidem paulo ante quosdam medicos inveni, qui apud quendam aegrotum ptifanae cremore utebantur, nullam tamen adhibebant prius diftinctam explicationem, quibusnam morbis utilis illa aut inutilis exiftat, praeterea neque de exhibitionis modo et quantitate, neque de tempore forbitioni affumendae opportuno quicquam determinabant, verum, ut videtur, quando ipfi voluerint, ufum ptifanae accommodatum arbitrabantur, operae pretium fore putavi, fi de illius ufu quaecunque funt ab Hip-

σαφέστερον ἐκθεμένῳ διὰ τὴν τῶν πολλῶν παρακολούθησιν ἑρμηνεῦσαι τόν τε τρόπον τῆς ἑψήσεως καὶ τὴν δύναμιν αὐτῆς καὶ ἐνέργειαν, καὶ τὸν καιρὸν καὶ τὸ ποσὸν καὶ τὸν τρόπον τῆς δόσεως, ὁπόσα τε ἀγαθὰ τοῖς σώμασι τῶν καμνόντων δίδωσιν ἁρμοζόντως προσφερομένη, καὶ τοὐναντίον πάλιν φαῦλα ἀκαίρως προσενεχθεῖσα, καὶ πρὸς τούτοις ποίοις σώμασιν αὐτὴν προσήκει προσφέρειν, καὶ ποίοις οὐ προσήκει. ἀλλ᾽ ἐπειδὴ σύνθετόν τι πρᾶγμα ὑπάρχει ἡ πτισάνη καὶ ὁ χυλὸς, (ἐκ κριθῆς γὰρ κατασκευάζεται πτισθείσης καλῶς, ὅ ἐστιν ἐκλεπισθείσης, καὶ ὕδατος, καὶ τοιᾶσδε ἑψήσεως,) πρῶτον περὶ τῶν μερῶν αὐτῆς ἔκρινα εἰπεῖν διὰ κεφαλαίων. εἰ μὴ γάρ ταῦτά τις πρότερον διορίσηται, μεγάλως βλάψει, κἂν καὶ τὰ λοιπὰ πάντ᾽ ἀκριβολογήσηται ἐφεξῆς.

Κεφ. β΄. [500] Ὅτι μὲν οὖν τὸ ἄριστον ὕδωρ ἐκλέγεσθαι χρὴ εἰς τὴν κατασκευὴν τῆς πτισάνης, οὐδεὶς, οἶμαι, ἀμφισβητεῖ. ἄριστον δὲ ὕδωρ συστάσει, καὶ γεύσει, καὶ

pocrate obfcurius explicata, hoc in loco enarrarem ob multorum notitiam, quae in exacta hujusce rei tractatione per ordinem a nobis funt recenfenda, videlicet coctionis modus, vires ipfius, actio, tempus opportunum, exhibitionis quantitas et modus; quot praeterea emolumenta aegrotantium corporibus afferat, fi rite propinetur, et rurfum quot inde incommoda proveniant, fi fuerit importune adminiftrata; ad haec quibusnam corporibus illius ufus expediat, et quibus etiam minime conducat, fimul erit a nobis explicandum. Sed quoniam compofita quaedam res eft ptifana et ejus cremor, (paratur enim ex hordeo, quod pinfendo fuerit probe purgatum et expolitum, cui fcilicet cortex detractus eft, ex aqua praeterea, ac tali quapiam coctione,) primum illius partes per capita tractare decrevi: quae nifi fuerint prius determinatae, totam fermonis feriem plurimum laedent, etfi reliqua deinceps omnia exactiffime abfolvantur.

Cap. II. Quod igitur optimam aquam eligere oporteat ad ptifanae praeparationem, nemo, opinor, dubitat. Optima autem aqua fubftantia, et guftu, et olfactu, et co-

ὀσμῇ, καὶ χροιᾷ κρίνεται· τῇ μὲν γεύσει καὶ τῇ ὀσμῇ, ἵνα μηδεμίαν ἀλλόκοτον ὑπεμφαίνῃ ποιότητα, τουτέστιν ἵνα μὴ γλυκὺ ὑπάρχῃ, μήθ᾽ ἁλυκὸν, μήτ᾽ ὀξῶδες, ἢ δριμὺ, ἢ δυσῶδες, ἢ σηπεδονῶδες, ἢ ὅλως ἄλλην τινὰ ἐπίκτητον ποιότητα κεκτημένον, ἀλλ᾽ ἄποιον παντελῶς, καὶ χωρὶς πάσης ἐπικτήτου ποιότητος, καὶ χωρὶς πάσης ἐπιμιξίας γευστικῆς τε καὶ ὀσφραντικῆς. δεῖ μέντοι καὶ διαυγὲς εἶναι καὶ καθαρὸν καὶ μηδὲν ἰλυῶδες ἔχον, ἀλλ᾽ ὥσπερ ἀκριβῶς διηθημένον, καὶ τῶν ἐν αὐτῷ ἐμφερομένων ψηγμάτων ἀπηλλαγμένον. τὸ γάρ τοι τοιοῦτον ὕδωρ πρὸς τὴν μὲν χρῆσίν ἐστι λυσιτελὲς, πρὸς δὲ τὴν φύσιν οὐδ᾽ οὕτως ἐστὶ καθαρὸν, ὥσπερ οὐδ᾽ ἄλλο τι τῶν αἰσθητῶν στοιχείων. εἰ δὲ τοιοῦτόν ἐστιν, οἷον εἶπον, τὸ ὕδωρ, εὐθύς ἐστι λεπτομερέστερον αὐτὸ, ῥᾳδίως τε πεττόμενον καὶ ἀναδιδόμενον, καὶ τὰ ὑποχόνδρια ταχέως διεξερχόμενον, καὶ οὐ μόνον τῇ φυσικῇ θερμότητι πλησιάζον εὐαλλοίωτόν ἐστιν, ἀλλὰ καὶ τῷ ἔξωθεν πυρὶ προσομιλῆσαν θερμαίνεται συντόμως. καὶ μάρτυς Ἱπποκράτης τοῦ λόγου· ὕδωρ γὰρ τὸ ταχέως θερ-

lore probatur; guſtu quidem et olfactu, ut alienam qualitatem nullam prae ſe ferat, hoc eſt, ut non dulcis, non ſalſa, non acida, non acris, non male olens aut putrida exiſtat, vel omnino aliam aliquam aſcititiam qualitatem poſſideat, ſed omnis penitus expers ſit qualitatis, atque omni prorſus adventitia careat qualitate, nec non cujuscunque rei mixtione, quae guſtu aut olfactu deprehendatur. Oportet etiamnum, ut pellucida ſit ac pura minimeque coenoſa, ſed veluti diligentiſſime colata et ab omnibus ipſi innatantibus ramentis liberata. Hujuscemodi igitur aqua uſui quidem valde eſt accommodata, natura tamen non eſt ita ſincera, quemadmodum ne ullum quidem aliud ſenſilium elementorum. Si vero talis ſit aqua, qualem diſſerui, illico ipſa eſt partium tenuiorum et facile coquitur ac diſtribuitur, hypochondriaque celeriter pertranſit, ac non modo naturali calori admota cito alteratur, verum etiam igni externo appoſita brevi calefit. Cujus ſententiae teſtis eſt Hippocrates, *aquam enim, quae cito calefit et rurſum cito refrigeratur,*

μαινόμενον καὶ αὖθις ταχέως ψυχόμενον κουφότατον εἶναι βούλεται, οὐ τὸ ἐλαφρὸν καὶ σταθμῷ διακρινόμενον, ἀλλὰ τὸ λεπτομερὲς καὶ ῥᾳδίως εἰς ἑαυτὸ τὰς ἐναντίας ποιότητας δεχόμενον. τὸ δὲ τοιοῦτον ὕδωρ καὶ ψυχρόν ἐστι καὶ ὑγρὸν, καὶ ὕδωρ κυρίως. τὰ δ' ὑπό τινος οὐσίας ἢ ποιότητος νοθευθέντα, ὁποῖά εἰσι τὰ ἀσφαλτώδη, καὶ θειώδη, καὶ στυπτηριώδη, τοσοῦτον τῆς τοῦ ὕδατος φύσεως ἀφεστήκασιν, ὅσον καὶ ἐνοθεύθησαν. εἰ δὲ καὶ ἀπόδειξιν ζητεῖς τοῦ ψύχειν τε καὶ ὑγραίνειν τὸ ὕδωρ, οὐ τοῦ νῦν ἐστι λόγου, περὶ πτισάνης προθεμένου διεξελθεῖν· πλὴν ὅτι ψυχρόν ἐστι καὶ ὑγρὸν, ἅπαντες οἱ παλαιοὶ (490) ἀπέδειξαν, καὶ ἡ πεῖρα μαρτυρεῖ, καὶ πάντων δὲ λόγῳ ὁμολογούμενον τοῦτο λαβὼν εἰς τὸν περὶ κριθῆς λόγον ἔρχομαι.

Κεφ. γ'. Κριθὴ τοίνυν, ὡς μὲν καθόλου λαμβανομένη, ψύχει καὶ ξηραίνει, ἔχει δέ τι καὶ ῥυπτικὸν καὶ φυσῶδες. κατὰ μέρος δὲ τὸ μὲν ἐκτὸς αὐτῆς λέπυρον, τὸ πιτυρῶδες, ξηρότερον ὑπάρχει καὶ ῥυπτικώτερον· τὸ δ' ἐντὸς αὐτῆς, οἷον σαρκῶδες καὶ τρόφιμον, ῥύπτει μὲν καὶ

putat *effe leviffimam;* neque ea levis pondere dijudicatur, fed quod tenuium fit partium, ac in fe ipfam contrarias qualitates facile recipiat. Talis autem aqua tum frigida, tum humida eft, ac proprie aqua: quae vero aliqua fubftantia aut qualitate fuerint adulteratae, quales funt bituminofae et fulfureae atque aluminofae, tanto a propria aquae natura recedunt, quanto fuerint adulteratae. At fi etiam demonftrationem quaeris, quod aqua refrigeret et humectet, haud praefentis eft fermonis, qui de ptifana inftitutus eft, differere. Verum quod aqua frigida et humida fit, prifci omnes indicarunt et experientia teftatur; atque id omnium ratione conceffum accipientes ad hordei explicationem accedimus.

Cap. III. Hordeum igitur, ut quidem univerfe fumitur, refrigerat et exiccat, habet autem et nonnihil detergens et flatulentum. At particulatim exterior ipfius cortex furfuraceus ficcior exiftit et magis detergit: interior ejus pars, veluti carnofa et nutritia, detergit quidem et ipfa, ve-

αὐτὸ, ἀλλ' ἔλαττον τοῦ πιτύρου, ἔχει δὲ καὶ φυσῶδες ἐν ἑαυτῷ. ὁ δ' ἕτερος ὑμὴν ὁ λεπτὸς, ὁ ἔσωθεν τοῦ πιτύρου κείμενος, περιέχων δὲ τὴν κριθὴν, μεταξὺ τούτων ἐστὶ κατὰ τὴν δύναμιν· διὸ ῥύπτει μὲν τοῦ πιτύρου ἔλαττον, μᾶλλον δὲ τῆς κριθῆς. δεῖ δὲ προσυπακούειν τῷ λόγῳ τὰς ἀρίστας κριθὰς καὶ μηδὲν ἐχούσας ἀπὸ σηπεδόνος ἐπίκτητον, ἢ περιττωματικὴν ὑγρότητα, καὶ μήτ' ἄγαν νέας, μήτε πάντη παλαιάς. αἱ μὲν γὰρ νέαι πλήρεις εἰσὶν ὑγρότητος περιττωματικῆς, ἣν ἀπὸ τῆς χώρας ἔλαβον, [καὶ πλήρεις ὑγρότητος,] καὶ πνεύματος ἀνάμεστοι· [501] αἱ δὲ παλαιαὶ τῷ χρόνῳ ἐξίτηλοι καὶ ἀσθενεῖς ἐγένοντο, ἀποβαλλόμεναι τὴν ἑαυτῶν δύναμιν· καὶ σημεῖον ἡ ῥυτίδωσις ἡ ἐν αὐταῖς γενομένη, καὶ τοῦ μεγέθους ἡ μείωσις, καὶ τὸ κοπτομένων αὐτῶν ὥσπερ κόνιν τινὰ ἀποπίπτειν λεπτήν. πλήρεις οὖν εἶναι ἁρμόζει τὰς κριθὰς τὰς εἰς τὴν ποίησιν τῆς πτισάνης ἐκλεγομένας, μήτε νέας μήτε παλαιὰς πάνυ, καὶ πάσης ἀπηλλαγμένας ἐπικτήτου ποιότητος. ἀλλ' οὐκ ἀρκεῖ τοῦτο μόνον, ἀλλὰ καὶ τὴν ἀπὸ τῆς πείρας βάσανον αὐταῖς

rum furfure minus, habet autem in fe ipfa partem flatulentam. Caeterum altera membrana, quae tenuis eft, fub furfure pofita, hordeum amplectens, inter haec facultate media eft: ideo detergit furfure quidem minus, hordeo autem magis. Hoc autem fermone optimum hordeum fubaudiendum eft, quod nihil ex putredine afcititium nullamve excrementitiam humiditatem obtineat, quodque neque nimis fit recens, neque prorfus vetuftum. Etenim recens excrementitia plenum eft humiditate, quam a regione contraxit, ut tum humore refertum, tum flatu diftentum fit; vetuftum vero tempore exhauftum ac imbecillum eft redditum propriasque facultates amifit. Atque indicium eft corrugatio huic oborta et magnitudinis imminutio, illudque praeterea, quod, dum contunditur, veluti tenuem quendam ex fe pulverem emittit. Plenum itaque hordeum eligere convenit in ptifana conficienda, neque admodum recens, neque vetuftum nimis, nec non adventitiae omnis qualitatis expers. At non id folum fatis eft, fed ab experientia ipfis probatio adducenda

προσακτέον. εἰ γὰρ πρὸς τοῖς εἰρημένοις καὶ τῇ ἑψήσει εἰς ὄγκον ἐπαίρονται πλείονα, καὶ ταύτας λαμβάνειν χρὴ εἰς τὴν ἕψησιν, εἰ μέλλοι τις κατὰ λόγον αὐτὴν καὶ ὡς ἐνδέχεται ποιεῖν. τί μὲν οὖν ἐστι τὸ ἄριστον ὕδωρ, καὶ πῶς διακρίνεται, καὶ τίς ἡ καλλίστη κριθὴ, καὶ ποίοις γνωρίσμασιν αὐτὴν γνωριοῦμεν, εἴρηται μὲν ἡμῖν διὰ κεφαλαίων.

Κεφ. δ΄. Λοιπὸν δὲ τρίτον ἐστὶν εἰπεῖν περὶ τῆς ἑψήσεως. σκευάζουσι μὲν γὰρ αὐτὴν ἐν ὅλμῳ διακόψαντες πρότερον εἰς μικρὰ μόρια, ἔπειτα ταχέως ἑψήσαντες ἐπιβάλλουσιν οἱ μὲν ἕψημα, οἱ δὲ ἄμυλον, καί τινες κύμινον καὶ μέλι. ἔστι δ᾽ ἡ τοιαύτη σκευασία μοχθηρά· ἡ δ᾽ ἀρίστη καὶ καλῶς γινομένη τοιάδε τίς ἐστιν. προδιαβρέχειν αὐτὴν πρότερον ἐν ὕδατι ὠμὴν οὖσαν, ἔπειτα τρίβειν ταῖς χερσὶν ἐπὶ τοσοῦτον, ἄχρις ἂν ὁ λεπτὸς ὑμὴν ἀποτιναχθῇ. καὶ διὰ τοῦτ᾽ αὖθις τρίβεται ἰσχυρῶς μετὰ τῶν χειρῶν, ἕως ἂν ἅπαν τὸ ἀχυρῶδες ἀποτινάξηται, πλὴν εἴ τις αὐτὴν βούλεται ποιῆσαι ῥυπτικωτέραν· τότε γὰρ ἄμεινον μᾶλλον

Si namque praeter enarrata etiam elixatione in majorem molem attollatur, id ad ptifanae coctionem affumendum, fiquidem recta ratione, ut par eft, decrevit aliquis illam conficere. Quae igitur optima fit aqua et quomodo probetur, quod etiam optimum fit hordeum et quibus indiciis cognofcatur, per capita recenfuimus.

Cap. IV. Reliquum autem tertium eft de coctione differere. Etenim ipfam quidem fic parant. In mortario quum hordeum prius in minutas partes confregerint, deinde celeriter elixarint, hi quidem fapam, alii autem amylum, nonnulli etiam cyminum et mel injiciunt: fed talis prava eft omnino confectio. Optima vero probeque apparata hujuscemodi certe fuerit. Hordeum adhuc crudum oportet prius in aqua macerare, deinde manibus ipfum conterere, donec tenuis ejus membrana excutiatur, poftea validius rurfum manibus confricare, quousque totum id, quod paleaceum eft, auferatur, nifi quis ptifanam ipfam voluerit magis detergentem efficere; tunc enim melius eft hordeum

σὺν τῷ ὑμένι αὐτὴν καθέψειν. ἡ δὲ ἕψησις αὐτῆς γενέσθω τόνδε τὸν τρόπον, ἵνα πρότερον μὲν ἐπὶ πολὺ ἀναβράσῃ, ὕστερον δ' ἐπὶ μαλακοῦ πυρὸς ἄχρι πολλοῦ χυλωθῇ.

Κεφ. ε'. Οὕτω γὰρ ἑψημένη τὸ μὲν φυσῶδες ἀποτίθεται πᾶν, ἐπικτᾶται δ', ὅσα περ αὐτῇ ἀγαθὰ ὁ Ἱπποκράτης προσμαρτυρεῖ. τὸ γὰρ γλίσχρασμα αὐτῆς, φησὶ, λεῖον καὶ συνεχὲς καὶ προσηνές ἐστι, καὶ ὀλισθηρὸν, καὶ πλαδαρὸν μετρίως, καὶ ἄδιψον, καὶ εὐέκπλυτον καὶ εὐέκκριτον, εἴ τι καὶ τούτου προσδέοι, καὶ οὔτε στύψιν ἔχει, οὔτε ἄραδον κακὸν, οὔτε ἀνοιδίσκεται ἐν τῇ κοιλίᾳ. ἀνῴδηκε γὰρ ἐν τῇ ἑψήσει, ὁκόσον πλεῖστον ἐπεφύκει διογκοῦσθαι. ὅτι μὲν οὖν οὐδὲν ἔχει κολλῶδες καὶ ἐμπλαστικὸν ἡ πτισάνη, καθάπερ πάντα τὰ γλίσχρα, πρόδηλον. ῥύπτει γὰρ οὐ τὸν ῥύπον μόνον τοῦ σώματος, ἀλλὰ καὶ τὸν ἐν τῇ γαστρὶ φλεγματικὸν χυμὸν ἀποκαθαίρει πως διδομένη. ἡ δὲ πολλὴ ἕψησις καὶ ἀκριβὴς ἕνωσις τῶν μιχθέντων τὴν φαινομένην ταύτην ἐργάζεται γλισχρότητα. τοῦτο τοίνυν τὸ φαι-

cum ipfa membrana coquere. Porro ipfa coctio hunc in modum fieri debet, ut prius quidem multum ebulliat, poftea vero molli igni, quousque in cremorem vertatur.

Cap. V. Sic enim ptifana decocta, quicquid inerat flatulentum, deponit, et quaecunque ejus bona atteftatus eft Hippocrates, adipifcitur. Illius enim vifcidum (inquit) laeve et continuum et blandum eft et lubricum et humidum moderate, fitimque arcet, facile eluit et movet alvum, fi quid eo indigeat, neque aftrictionem habet, neque malum movet, neque in ventriculo turgefcit; fiquidem in coctione intumuit, quantum plurimum intumefcere poterat. Quod igitur ptifana nihil habeat glutinofi aut emplaftici, quemadmodum reliqua fere omnia vifcida, manifeftum eft. Neque enim corporis tantummodo fordem abftergit, verum etiam pituitofum humorem in ventriculo exiftentem exhibita quadantenus expurgat. Plurima vero decoctio mixtorumque exacta unio apparentem hunc lentorem efficiunt,

νόμενον αὐτῆς γλίσχρασμα οὐδεμίαν ἔχει τραχύτητα, ἀλλὰ λεῖόν ἐστι πάντη, καὶ ὁμαλὸν, καὶ μένον, καὶ συνεχές. οὐδεμιᾶς γὰρ στύψεως μετέχον ἢ δριμύτητος, ἐξ ὧν ἡ τραχύτης γίνεται, τὸ λεῖον ἐξ ἀνάγκης ἔχει, οὐ κατὰ τὴν ἁφὴν μόνον, ἀλλ᾽ ἤδη καὶ τὴν δύναμιν. [502] τὰ μὲν γὰρ ἄλλα γλίσχρα, ὥσπερ τὸ ἔλαιον, καὶ τὸ μέλι, καὶ τὰ λοιπὰ, ἁπτομένῳ σοι φανεῖται λεῖα καὶ ὁμαλῆ, μηδὲν ἔχοντα ἐν ἑαυτοῖς ἀνώμαλον, ὡς τὸ μὲν εἶναι λεπτὸν, τὸ δὲ παχὺ, ἢ διεσπασμένον τε καὶ διῃρημένον, ὡς διὰ τοῦτο τὸ κατὰ τὴν ἁφὴν λεῖον κεκτῆσθαι, κατὰ δὲ τὴν πρὸς ἄλλα τινὰ ἐνέργειάν τε καὶ δύναμιν οὐδαμῶς. οὐ γὰρ διαβρέχει πάντα τὰ μόρια τοῦ σώματος ὁμαλῶς τε καὶ συνεχῶς, ὧν ἂν προσεγγίζῃ, ἀλλὰ διίστανται κατὰ τοῦτ᾽ ἀπ᾽ ἀλλήλων τὰ τῶν γλίσχρων ἁπάντων μόρια χωρὶς τῆς πτισάνης. αὕτη γὰρ, λεία τυγχάνουσα κατὰ τὴν ἁφὴν καὶ συνεχὴς καὶ ἀδιάσπαστος, καὶ κατὰ τὴν δύναμιν τοιαύτη καθέστηκε. κἀκεῖνα μὲν οὐδεμίαν ἔχουσιν ἡδονὴν κατὰ τὴν γεῦσιν, αὕτη δὲ πρὸς τοῖς ἄλλοις καὶ τὸ κατὰ τὴν γεῦσιν

qui certe nullam habet afperitatem, fed undequaque laevis eft, aequalis, permanens atque continuus. Quum enim nullius aut aftrictionis aut acrimoniae particeps fit, ex quibus ortum habet afperitas, laevis neceffario non ad tactum modo, verum etiam facultatibus exiftet. Nam vifcida alia, ut oleum, mel, reliquaque hujusmodi, tangenti tibi laevia quidem aequaliaque apparent, quum nihil in fe ipfis habeant inaequalitatis, ut una pars tenuis, altera craffa, divulfa, aut diftracta fit, proptereaque tactui laevorem fuum oftendunt; in actionibus autem fuis ac facultatibus quorundam aliorum refpectu nequaquam. Non enim aequaliter atque continue madefaciunt omnes partes corporis, cui admoventur, fed in hoc diffident a fe invicem vifcidorum omnium partes, ptifana excepta. Haec enim, ad tactum laevis exiftens et continua atque indivulfa, fimilem etiam habet facultatem. Quin illa quidem guftui nullam prae fe ferunt voluptatem; at haec praeter alias fui dotes

ἡδὺ καὶ προσηνὲς κέκτηται, καὶ μάλιστ᾽ ἐπὶ τῶν νοσούντων. ἄρτος δ᾽, εἰ καὶ τῶν ἄλλων ὑπερέχει κατ᾽ ἀρετὴν, ἀλλὰ καὶ οὗτος ἀηδίαν ἔχει πολλὴν, κᾂν ὕδατι διάβροχος ᾖ, ὡς δεόμενος μασσήσεως. δεύτερον δὲ ἡ πτισάνη καὶ τοῦτο πλεονεκτεῖ, τὸ μηδεμίαν ἐκ τῆς μασσήσεως ἀηδίαν ἐμποιεῖν. ἔχει μέντοι καὶ τὸ ὀλισθηρὸν, καὶ μάλισθ᾽ ὁ χυλὸς, μηδὲν ἐμπεπλασμένον καταλιπὼν κατὰ τὴν δίοδον, καθάπερ πάντα τὰ γλίσχρα χωρὶς τῆς πτισάνης· αὕτη γὰρ ῥᾳδίως διέρχεται εἰς τὰ κατὰ τὸν θώρακα μόρια διὰ τὸ ἐν αὐτῇ ῥυπτικὸν, ὥσπερ καὶ πρὸς τὴν ὑποχώρησίν ἐστιν ἐπιτηδεία, καὶ πρὸς τὴν ἀνάδοσιν, καὶ μάλιστα ἐφ᾽ ὧν εἰς τὰ κυρτὰ τοῦ ἥπατος οὐ διέρχεται εὐκόλως τὰ λαμβανόμενα. πλαδαρὸν δ᾽ ἐστὶ μετρίως, ὅπερ ἐστὶν ὑγρὸν, καὶ ἄδιψον. καὶ τὸ μὲν ὑγρὸν ἔχει ἀπὸ τοῦ ὕδατος, πλὴν κεκλασμένον διὰ τὴν φύσιν τῆς κριθῆς μετρίως ξηραίνουσαν· τὸ γὰρ ἐξ ἐναντίων συγκείμενον δυνάμεων, ἄλλην τινὰ φύσιν ἐπίκτητον κτησάμενον, τὰ ἄκρα ἐξέφυγε. ἄδιψον δ᾽, ὡς ὑγρόν· πλέον δὲ τοῦ ὕδατος ἔχει τὸ ἄδιψον,

guftum fuavitate ac jucunditate delectat, idque potiffimum aegrotantibus praeftat. Porro, licet panis virtute reliquis cibariis antecellat, tamen multam ipfe etiam habet infuavitatem, quod, quamvis in aqua fit maceratus, dentibus nihilominus a nobis fit conficiendus: ut rurfum hac in re ptifana reliquis fuperior exiftat, quod nullam, dum manditur, pariat infuavitatem. Habet quin etiam lubricitatem, ejus praecipue cremor, fed quae in tranfitu non adhaereat membris; id quod reliquis fere omnibus vifcidis folet contingere, una ptifana excepta; ipfa enim in partes thoraci adiacentes facile defcendit ob fuam vim deterforiam; et ad dejectionem eft idonea, quemadmodum et ad diftributionem, in hisque potiffimum, quibus in hepatis convexa cibi haud facile fubmittuntur. Eft etiam moderate flaccida, id eft humida, ac fitim fedans; ac humiditatem quidem nancifcitur ab aqua, licet refractam ob hordei naturam mediocriter exiccantem; quod enim ex contrariis facultatibus conftat, aliam quandam adventitiam naturam acquirens, ipfa fugit extrema. Sitim autem ideo abigit, quod humida exiftat; magis etiam, quam

εἰ καὶ κατὰ τὴν ὑγρότητα ἐλαττοῦται, ὅτι καὶ τάχιον ἀναδίδοται, καὶ ὅτι παραμένουσαν αὐτῇ ἔχει τὴν ὑγρότητα διὰ τὴν γλισχρότητα, καὶ πρὸς τούτοις ὅτι καὶ ψυχρόν ἐστι. διὰ ταῦτα καὶ διακαέσι πυρετοῖς ἁρμοδιώτατον, ὡς κατὰ πάντα αὐτοῖς ἐναντιουμένη, ψύχουσά τε καὶ ὑγραίνουσα, καὶ ῥύπτουσα τοὺς σηπεδονώδεις χυμοὺς, καὶ τροφὴν οὐκ ὀλίγην παρέχουσα τῷ σώματι, τοὺς δ᾽ ἡμισαπεῖς συμπέττουσά τε καὶ εἰς χρηστὸν χυμὸν μεταβάλλουσα. ταῦτα δ᾽ ἔχει πάντα μετὰ τοῦ μηδεμίαν ἔχειν στύψιν ἢ τοῦ στομάχου ἀνατροπήν. ἡ μὲν γὰρ στύψις, ὅσον εἰς ῥῶσιν τῆς γαστρὸς ἱκανὴ, τοσοῦτον εἰς τὸ παχῦναι τοὺς χυμοὺς ἐπιτήδειος· ἡ δ᾽ ὑγρότης, τὸ παχύνειν οὐκ ἔχουσα, τὸ ἀμετάτρεπτον ἔχει. ἅπαν μέντοι πέφευγεν ἡ πτισάνη διὰ τὸ μηδὲν ἄμετρον ἔχειν κακόν. ἀλλ᾽ οὐδὲ ταραχὴν, οὐδὲ θόρυβόν τινα ἐν κοιλίᾳ ποιεῖ διὰ τὸ μηδεμίαν δύναμιν ἔχειν ἀπὸ δριμύτητος ἢ πνεύματος φυσώδους· καὶ τοῦτο γὰρ ἐν τῇ ἑψήσει ἀποβάλλεται. τὰ μὲν οὖν ἀγαθὰ τῆς πτισάνης, ἃ ἐκ τῆς χρηστῆς ἑψήσεως ἐκτήσατο,

aqua, fitim arcet, quamvis ab ea vincatur humiditate, quoniam velocius diftribuitur, quodque humorem habeat ob lentorem magis permanentem, quodque praeterea frigida fit. Ob haec et ardentibus febribus eft accommodatiffima, quod in omnibus his opponatur, non modo quia refrigerat et humectat, verum etiam putridos humores deterget, corporique non parvum affert alimentum, humores vero jam femiputres concoquit et in bonum fuccum tranfmutat. Haec autem habet omnia, quum interim nullam habeat aut aftrictionem aut ftomachi fubverfionem; nam quantum ad ventriculi robur confert aftrictio, tantum ad humores incraffandos idonea eft; is vero humor, qui craffefcere non poteft, ftomachum fubvertendo conturbat; quod quidem omne prohibet ptifana, quod nullum obtineat vitiofum exceffum. Sed neque perturbatione neque tumultu aliquo ventriculum percellit, quod nullam ab acrimonia aut a flatulento fpiritu vim obtineat, quoniam inter coquendum amittitur. Haec itaque omnia funt ptifanae commoda, quae ex proba coctione ac-

ταῦτ᾽ ἐστί. καὶ κατὰ μακρὸν μὲν ὁ λόγος ἐδίδαξε, καὶ αὖθις δὲ διὰ κεφαλαίων ἐρεῖ. λεῖα μέν ἐστιν αὐτῆς τὰ μόρια, καὶ ὁμαλὰ, καὶ συνεχῆ, καὶ ἡνωμένα, ὡς μὴ τὸ μὲν αὐτῆς φαίνεσθαι λεπτὸν, τὸ δὲ παχὺ ἢ ὅλως ἀνώμαλον. καὶ τοῦτο οὐ κατὰ τὴν ἁφὴν ἔχει μόνον, ἀλλ᾽ ἤδη καὶ κατὰ τὴν ἑαυτῆς ἐνέργειάν τε καὶ δύναμιν. ἔστι δὲ καὶ κατὰ τὴν (491) γεῦσιν προσηνὴς, τουτέστιν μηδεμίαν ἔχουσα ἀηδίαν, καὶ ὑγρὰ, καὶ ἄδιψος, διὰ τὴν παροῦσαν αὐτῇ γλισχρότητα. τὸ δὲ λεῖον καὶ ὑγρὸν καὶ προσηνὲς καὶ στύψεως ἀπήλ[503]λακται καὶ ἄλλης ἰσχυρᾶς ποιότητος. ἐπὶ πᾶσι δὲ τούτοις καὶ ἄφυσον διὰ τὴν χρηστὴν ἕψησιν. οὕτως δ᾽ ἔχουσα τοῖς ὀξέσι πυρετοῖς ὑπάρχει ἁρμόδιον, οὐ μόνον ὅτι κατὰ πάντα αὐτοῖς ἀντίκειται, ἀλλ᾽ ὅτι καὶ εὐπεπτότατόν ἐστι, καὶ ἀσθενέστατον κατὰ πᾶσαν ποιότητα, καὶ εὐανάδοτον, καὶ τοὺς μὲν σεσηπότας χυμοὺς καθαίρουσα διὰ τὸ ῥυπτικὸν, τοὺς δὲ ἡμισαπεῖς ἔτι συμπέττουσα.

Κεφ. στ᾽. Πλὴν οὐχ ἁπλῶς δοτέον αὐτὴν ἐπὶ τῶν νοσημάτων, ἀλλὰ προσδιορισμῶν δεῖται πολλῶν. οὔτε γὰρ

quisivit. Et uberius quidem oratio edocuit, ac rursus summatim recensebit. Laeves sunt ipsius partes, aequales, continuae ac sibi conjunctae, ut nihil ejus aut tenue, aut crassum, aut omnino inaequale appareat; idque non tactu solum habet, sed jam etiam propria facultate et actione. Gustui quoque suavis est, nullam scilicet habens insuavitatem, et humida, sitimque ob praesentem suum lentorem extinguens. Quod vero laevis, humida suavisque sit, adstrictionis et alterius validae qualitatis expers est. Inter haec omnia proba coctione flatulentum omne deponit. Quum igitur talis existat, merito acutis febribus convenire illam existimamus, non tantum quod illis in omnibus adversetur, verum etiam quod facillimae sit concoctionis, suasque omnes qualitates habeat imbecillimas, et facilis sit distributionis, et putrefactos humores ob detersoriam qualitatem expurget, eos vero concoquat, qui semiputres jam evaserunt.

Cap. VI. Caeterum in morbis non temere est exhibenda, sed prius multis opus est distinctionibus. Neque

Ed. Chart. VI. [503.] Ed. Baf. II. (491.)

ἐν τοῖς ἐπικινδύνως ἔχουσι διδόναι αὐτὴν προσήκει, οὔτε τοῖς φλεβοτομίας ἢ καθάρσεως δεομένοις ἢ κλυστῆρός τινος, ἢ τοῖς πεπληρωμένοις τῶν κατὰ γαστέρα περιττωμάτων, ἢ τοῖς ὑπὸ ὀδύνης ἐνοχλουμένοις μεγάλης, καὶ μηδαμῶς δεομένοις ταῖς ἰατρικαῖς πυρίαις, ἢ φλεβοτομίαις, ἢ καθάρσεσιν, ἀλλ' οὐδὲ τοῖς ξηροτάτοις νοσήμασι προσφέρειν αὐτὴν ἁρμόζει. συνεπισκέπτεσθαι δὲ χρὴ καὶ τὸν καιρὸν, καὶ τὸ ποσὸν τῆς δόσεως, καὶ τὸ ἦθος τοῦ κάμνοντος, καὶ τὸ πότε τὸν χυλὸν μόνον προσήκει, ἢ καὶ τὴν πτισάνην αὐτὴν, ἢ καὶ ἀμφότερα, ἢ καὶ οὐδέτερα. ὁ μὲν οὖν καιρός ἐστι τοῦ διδόναι ῥοφήματος, ὁπηνίκα διορισάμενος μέλλεις αὐτὴν παρασχεῖν, ὁπότε τὸ σῶμα γέγονε διακείμενον ὁμαλῶς, καὶ μὴ τὸ μὲν αὐτοῦ ἐστι θερμότερον, τὸ δὲ ψυχρότερον. τοιοῦτον δ' ἐστὶ, καθ' ὃν καιρὸν ἡ τοῦ νοσήματος παρακμή· μετὰ ταῦτα γὰρ ἡ τοῦ σώματος σύμπασα θερμότης ὁμαλῶς ἐπὶ πάντα τὰ μόρια διακέχυται. τὸ δὲ πλῆθος μὴ πολὺ ὑπάρχῃ μηδὲ ὑπέρπαχυ. σφαλερὸν γάρ ἐστι καὶ αὐτῷ τῷ Ἱπποκράτει τὸ κατὰ

enim illis eft adminiftranda, qui cum periculo laborant, aut fanguinis miffione purgationeve indigent, aut aliquo clyftere, aut his, qui ventriculum habent excrementis refertum, aut iis, qui a magno aliquo dolore vexantur, ac nullo modo his, qui aut medicis fomentis, aut venae fectione, aut purgationibus egent; fed neque ficciffimis illam morbis convenit exhibere. Praeter haec etiam opportunum exhibitionis tempus ejusque menfuram et aegrotantis confuetudinem confiderare oportet; adde etiam, illiusne cremorem folum, an ptifanam integram, vel potius utraque, an etiam neutra propinare conveniat. Ea igitur forbitioni hora fuerit opportuna, (jam enim fine diftinctione illam adminiftrare vetuimus,) cum univerfum corpus aequaliter difpofitum fuerit, ut nulla pars ejus aut calidior aut frigidior fit. Tale autem eft, quum morbi adeft declinatio: poft illa enim univerfus corporis calor in omnes aequaliter partes diffufus eft. Sed neque multa adfit plenitudo, aut *humorum* craffitudo; *periculofum enim eft,* etiam ex ipfo Hippocrate, *plu-*

Ed. Chart. VI. [503.] Ed. Baf. II. (491.)

πολὺ καὶ ἀθρόως πληροῦν, κατὰ βραχὺ δὲ ἀσφαλές. τιθέσθω καὶ πρὸς τὸ ἔθος παραμετρείσθω. εἰ μὲν γὰρ ἅπαξ ἦν εἰθισμένος διαιτᾶσθαι, παρέχε καὶ αὐτὸς καθάπαξ τὸ πόμα· εἰ δὲ δὶς τῆς ἡμέρας ἐτρέφετο, διπλασίαζε καὶ αὐτὸς τὴν δόσιν. ἡ δὲ παραύξησις καὶ ἡ προσθήκη τοῦ ῥοφήματος ἐπὶ μὲν τῶν ξηροτέρων νοσημάτων οὐ χρὴ γίνεσθαι· δεῖται γὰρ τὸ τοιοῦτον προπομάτων ἰσχυροτέρων, ἢ κατὰ πτισάνην, ἵνα πλέον ὑγρανθῇ. ξηρὰ δὲ νοσήματά εἰσι πλευρῖτις καὶ περιπνευμονία, καὶ ὅλως τὰ κατὰ θώρακα, ὅταν μηδὲν ἐξ αὐτῶν ἀναπτύηται, τὰ δὲ καθ᾽ ἧπαρ καὶ γαστέρα καὶ ἔντερα, ὅταν μηδὲν ἐκκρίνηται, καὶ σκληρὰ, καὶ μὴ πρὸς ἀνάγκην, καὶ μὴ ἄξια λόγου. αἱ δὲ κατὰ τὰς ἀρτηρίας τε καὶ φλέβας ξηρότητες διὰ τῆς γλώττης καὶ τοῦ ἔξω δέρματος διαγινώσκονται· οὕτως δὲ καὶ τὰ ἐν τῇ κεφαλῇ πάθη, μηδενὸς δι᾽ ὑπερώας ἢ ῥινὸς ἐκκαθαιρομένου. κατὰ τὸν αὐτὸν δὲ τρόπον καὶ φλεγμοναὶ καὶ ἕλκη ξηρὰ τυγχάνουσιν, ἀφ᾽ ὧν μηδὲν εἰς ἰχῶρας ἀποκρίνεται.

rimum ac confertim replere, paulatim vero tutum. Proponatur igitur *cibus* et juxta aegrotantis consuetudinem mensuretur. Si quidem cibum assumere semel tantum assueverat, tu quoque potionem illi semel tantum offerendam curabis: verum si bis in die antea vescebatur, bis itidem cibum tu etiam dabis. Porro augmentum sorbitionis hujus et additionem in siccioribus quidem morbis fieri nequaquam oportet; validioribus enim tales morbi potionibus egere videntur, quam ptisana existat, quo magis possint humectari. Sicci autem morbi sunt pleuritis et peripneumonia, omnesque alii, qui in pectore consistunt, quum scilicet nulla *adhuc* ab eis sputa proveniunt; quin etiam illi, qui jecur, ventriculum et intestina occupant, sicci dicuntur, quando nihil excernitur, aut durum, nec pro necessitate, nec laudabile. Caeterum siccitates, quae in arteriis ac venis oriuntur, ex lingua et extima cute deprehenduntur, quemadmodum capitis affectus, quum per palatum aut nares nihil expurgatur. Eadem etiam ratione inflammationes et ulcera sicca esse pronunciamus, a quibus nihil per saniem excernitur.

ἐπὶ δὲ τῶν τοιούτων νοσημάτων οὐ προσήκει ποιεῖσθαι τὴν πτισάνην, οὔτε γὰρ ὑγραίνειν αὐτὰ δύναται, ἅτε μὴ ἄγαν ὑγραίνουσα τὰ πολλῆς καὶ ἰσχυρᾶς δυνάμεως ὑγραινούσης δεόμενα, καὶ ἔτι τὴν ἀπὸ πληρώσεως βλάβην τοῖς σώμασι παρέχουσα. ἂν δὲ καὶ τὸ σῶμα ὑγρότερον ῇ, καὶ εἴ τι ἀπὸ τοῦ πνεύμονος ἐκπτύεται, τότε χρὴ ἐπαύξειν ἀεὶ καὶ προστιθέναι τὴν πόσιν αὐτῆς· ὑγραίνουσα γὰρ καὶ τέμνουσα ὁμοίως τὰ προσόντα ἐν τῷ σώματι ὑγρὰ, [504] καὶ ῥῶσιν τοῖς μορίοις παρέχουσα διὰ τὴν τροφὴν, καθαρὸν ἀποτελεῖ συντόμως τὸ ζῶον τῆς ἐνοχλούσης κακοχυμίας. συνελθόντων γὰρ ἀμφοτέρων ῥᾳδίως ἐκκαθαίρεται τὰ μοχθηρὰ περιττώματα, οὐδενὸς δὲ τῶν ἄλλων, ὅσα ὡς φάρμακον ἢ τροφὴ προσφέρεται, ἀμφότερα ταῦτα κεκτημένου, ἀλλ' ἢ κατὰ τὸ λεπτύνειν ἐνδεόντως καὶ ὑγραίνειν τὸ τρόφιμον ἔχοντος, καθάπερ ἄρτος καὶ χόνδρος καὶ ὠὰ καὶ ἰχθῦς, ἢ τὸ μὲν τέμνειν ἔχοντος, τὸ δ' ὑγραίνειν τε καὶ τρέφειν οὐ περιφέροντος, καθάπερ ὀξύμελι, καὶ εἴ τι τοιοῦτον ἕτερον. ταῦτα δὲ πάντα τὰ ἀγαθὰ ἥκουσι τῇ πτισάνῃ. ἀλλ' ὅμως

Quippe talibus morbis ptifanam parare opus non fuerit; neque enim illos humectare poteft, ut quae non admodum humectet ea, quae magna ac validiori egent facultate humectante, nec non repletionis noxam corporibus praebeat. Quod fi corpus humidius fuerit, aliquidque jam e pulmone expuatur, tunc ejus potionem augere femper atque addere oportet; humectans enim fimul et incidens eos qui in corpore prius erant humores et in membris per nutritionem robur efficiens, animal ab ea, quae ipfum infeftat, cacochymia cito liberum reddit. Quum enim duo haec in unum convenerint, prava omnia excrementa facile expurgantur. Atqui praeter hanc aliorum nullum eft ex his, quae five ut medicamenta, five ut alimenta offeruntur, quod utraque haec poffideat, fed aut parum attenuans abunde humectabit et nutriet, quemadmodum panis et alica et ova et pifces, aut incidendi vires habens humectare ac nutrire non admodum poterit, ut oxymel et fi quid hujusmodi alterum eft; haec autem omnia bona uni adfunt ptifanae, ita nihilo-

οὐδεμίαν ὠφέλειαν προξενεῖ χωρὶς τῶν προδιορισμῶν προσαγομένη, ὅπου γε καὶ θανάτου μᾶλλον καθεστήκασιν αἴτια διδόμενα. τοῦ γὰρ κάμνοντος κλυστῆρος δεομένου διὰ τὴν τῶν περιττωμάτων κάθαρσιν, ἢ φλεβοτομίας διὰ περιουσίαν αἵματος καὶ τῆς ὀδύνης, μὴ ἐνδεούσης χρείαν ἔχοντος ὀδύνης αἴτιον πλῆθος, αἰτία θανάτου γέγονεν ἡ πτισάνη προσφερομένη, τάχα καὶ αὐτὴ καὶ διπλασιάζουσα τὸ πλῆθος. διὰ τοῦτο οὐ χρὴ παρέχειν αὐτὴν πυρετῷ ἐνδεχομένῳ, εἴτε σὺν ὀδύνῃ ἐστὶν εἴτε χωρὶς ὀδύνης ὁ πυρετὸς, ἢ μετ' ὀλίγον τῆς τροφῆς ὁ ἄνθρωπος πυρέττειν ἤρξατο, καὶ μήπω ὑπεχώρησεν. οἱ αὐτοὶ δὲ διορισμοὶ οὐκ ἐπὶ τοῦ χυλοῦ μόνον, ἀλλὰ καὶ ἐπ' αὐτῆς τῆς πτισάνης. οἷς δὲ χρήσιμος ἦν, καὶ αὐτοῖς οὐκ εὐθὺς διδόναι προσήκει, ἀλλὰ πρῶτον μὲν τὸν χυλὸν μόνον, ἢ τὰ πλείονα μὲν τὸν χυλὸν, ὀλίγον δὲ τὴν πτισάνην, εἶτα ἐπίσης ἀμφότερα, εἶτα καὶ μόνην αὐτὴν, ἐπιστάμενον, εἰς μὲν ῥῶσιν καὶ θρέψιν τοῦ σώ-

minus, ut nullam utilitatem fit allatura, fi absque convenienti determinatione adminiftretur, quum aliquando exhibita mortis potius effe poffit occafio. Quum enim laboranti opus fuerit clyftere ad expurganda excrementa, aut venae fectione ob fanguinis abundantiam, aut etiam doloris vehementiam, dolore fcilicet plenitudinis caufam minime tolerante, porrecta tunc ptifana mortis caufa effecta eft, plenitudinem duplo majorem forte tum reddens. Propterea, quum febris infeftat, illam propinare minime expediet, five cum dolore, five etiam citra dolorem ea exiftat, aut fi paulo poft cibum febrire homo inceperit, necdum ille dejectus fuerit. Porro eaedem hae diftinctiones non folum in cremore, verum in ipfa etiam ptifana funt adhibendae, in his fcilicet, quibus utilis illa futura eft; quam tamen non ftatim illis miniftrare conveniet, fed primum quidem cremorem folum, aut faltem cremoris portionem majorem, ptifanae autem minorem, deinde aequales utriusque partes, tandem etiam folam ipfam ptifanam. Illud enim omnino fciendum eft, ad corporis tum robur, tum nutritionem ptifanam ipfam

ματος μέγιστα συντελεῖν τὴν πτισάνην, εἰς δὲ τὸ εὐκατέργαστον καὶ εὔπεπτον καὶ εὐανάδοτον τὸν χυλόν. ταῦτα δ' ὡς ἐν κεφαλαίῳ περὶ τῆς πτισάνης εἰρήσθω, ἵν' ἔχῃς εἰδέναι τήν τ' εὔκρατον αὐτῆς χρῆσιν καὶ τοὺς ἀναγκαίους διορισμούς.

valere quamplurimum, ad facilem vero confectionem et concoctionem ac facilem diftributionem cremorem effe magis accommodatum. De ptifana igitur fummatim a nobis haec dicta fint, ut cum temperatum illius ufum, tum in ea exhibenda neceffarias diftinctiones perfpectas habere poffis.

ΓΑΛΗΝΟΥ ΠΕΡΙ ΤΗΣ ΕΞ ΕΝΥ-ΠΝΙΩΝ ΔΙΑΓΝΩΣΕΩΣ.

Ed. Chart. VI. [517.] Ed. Baf. III. (465.)

Τὸ ἐνύπνιον δὲ ἡμῖν ἐνδείκνυται διάθεσιν τοῦ σώματος. πυρκαϊὰν μέν τις ὁρῶν ὄναρ ὑπὸ τῆς ξανθῆς ἐνοχλεῖται χολῆς· εἰ δὲ καπνὸν, ἢ ἀχλὺν, ἢ βαθὺ σκότος, ὑπὸ τῆς μελαίνης χολῆς· ὄμβρος δὲ ψυχρὰν ὑγρότητα πλεονάζειν ἐνδείκνυται· χιὼν δὲ καὶ κρύσταλλος καὶ χάλαζα φλέγμα ψυχρόν. δεῖ δὲ καὶ τῷ καιρῷ καὶ τῇ ληφθείσῃ τροφῇ προσέχειν. ὁ γὰρ χιονίζεσθαι δοκῶν εἰ κατ' εἰσβολὴν παροξυσμοῦ μετὰ ῥίγους ἢ φρίκης ἢ καταψύξεως γενομένου τοῦτ' ἐμφαντασθῇ, τῷ καιρῷ τὸ πλέον, οὐ τῇ

GALENI DE DIGNOTIONE EX INSOMNIIS LIBELLVS.

Infomnium vero corporis affectionem nobis indicat. Si quis in fomnis incendium quidem videat, a flava bile vexatur; fi fumum, vel caliginem, vel profundas tenebras, ab atra bile; imber vero frigidam humiditatem abundare indicat; nix et glacies et grando pituitam frigidam. Sane et tempori et nutrimento fumpto mentem oportet adhibere. Nam qui nive confpergi fibi videtur, fi in acceffionis invafione, quae cum rigore, vel horrore, vel perfrigeratione fiat, hoc imaginatus fuerit, tempori plus, non corporis af-

Ed. Chart. VI. [517.] Ed. Baf. III. (463.)

διαθέσει τοῦ σώματος διδόναι χρή· κατὰ μέντοι τὴν παρακμὴν τοιοῦτον ὄναρ θεασάμενος, βεβαιοτέραν ἡμῖν ἔνδειξιν ἐργάσεται τῆς τῶν ἐπικρατούντων χυμῶν ψυχρότητος, ἔτι δὲ μᾶλλον, ἐὰν μὴ ἐδηδοκὼς ᾖ τι τῶν φλεγματικῶν ἐδεσμάτων, ὧν ἐν τῇ γαστρὶ περιεχομένων, ἐνδέχεται τοιαύτην τινὰ γενέσθαι φαντασίαν, καίτοι τῆς ἐν ὅλῳ τῷ σώματι διαθέσεως οὐκ οὔσης ὁμοίας. ἐπεὶ δὲ ἐν τοῖς ὕπνοις οὐκ ἐπὶ ταῖς τοῦ σώματος ἡ ψυχὴ διαθέσεσι φαντάζεται μόνον, ἀλλὰ κἀκ τῶν συνήθως ἡμῖν πραττομένων ὁσημέραι, ἔνια δὲ ἐξ ὧν πεφροντίκαμεν, καὶ δή τινα μαντικῶς ὑπ᾽ αὐτῆς προδηλοῦνται, (καὶ γὰρ τοῦτο τῇ πείρᾳ μαρτυρεῖται,) δύσκολος ἡ διάγνωσις τοῦ σώματος γίγνεται ἐκ τῶν ἀπὸ τοῦ σώματος ὁρμωμένων ἐνυπνίων. εἰ μὲν γὰρ ἀπὸ τῶν ἐφ᾽ ἡμέρας πραττομένων ἢ φροντιζομένων ἔδει διακρίνειν αὐτὸ μόνον, οὐδὲν ἂν ἦν χαλεπὸν, ὅσα μηδὲ πέπρακται, μηδὲ φροντίζεται, ταῦτα ἐκ τοῦ σώματος ὁρμᾶσθαι δοκεῖν· ἐπεὶ δὲ καὶ μαντικά τινα συγχωροῦμεν εἶναι, πῶς ταῦτ᾽ ἂν διακριθείη τῶν ἀπὸ τοῦ σώματος ὁρμωμένων, οὐ ῥᾴδιον εἰπεῖν. ἐθεάσατο

fectioni, tribuendum eft; fi in declinatione tale infomnium viderit, firmiorem nobis indicationem exhibebit frigiditatis exuperantium humorum; adhucque etiam magis, fi nihil ex pituitofis eduliis comederit, quibus in ventriculo contentis, talis quaedam imaginatio fieri contingit, quamvis, quae in toto corpore eft affectio, fimilis non exiftat. Sed quoniam in fomnis non ex corporis affectionibus folum, fed et ex iis, quae quotidie agere folemus, anima imaginatur, imo nonnulla ex iis etiam, quae cogitavimus, ac fane etiam quaedam fatidica ab ea praenunciantur, (nam et hoc experientia confirmatur,) difficilis certe efficitur dignotio corporis ex infomniis, quae e corpore excitantur. Si enim ab iis duntaxat, quae quotidie agimus, vel cogitamus, oporteret ipfum difcernere, nihil utique difficultatis effet, quaecunque nec acta, nec cogitata funt, ea cenfere ex corpore excitari; at quoniam etiam vaticinia quaedam effe concedimus, quomodo haec ab iis, quae ex corpore excitantur, difcernantur, haud facile dici poteft. Confpexerat enim quidam, alterum

[518] γοῦν τις τὸ ἕτερον τῶν σκελῶν λίθινον γεγονέναι, καὶ τοῦτο ἔκριναν πολλοὶ τῶν περὶ τὰ τοιαῦτα δεινῶν ὡς πρὸς τοὺς δούλους τείνειν τὸ ὄναρ, ἀλλὰ παρελύθη τὸ σκέλος ἐκεῖνο ὁ ἄνθρωπος, οὐδενὸς ἡμῶν προσδοκήσαντος τοῦτο. τὸν μὲν γὰρ παλαιστὴν ἐν αἵματος δεξαμενῇ δόξαντα ἑστάναι καὶ μόγις αὐτῆς ὑπερέχοντα πλῆθος αἵματος ἔχειν ἐτεκμηράμεθα, καὶ δεῖσθαι κενώσεως. τινὲς δὲ ἱδροῦν κριτικῶς μέλλοντες λούεσθαι καὶ κολυμβᾷν ἔδοξαν ἐν θερμῶν ὑδάτων δεξαμεναῖς. οὕτω δὲ καὶ ἡ τοῦ πίνειν φαντασία χωρὶς τοῦ πίμπλασθαι διψῶσι πάνυ συμβαίνει, καθάπερ καὶ τοῦ ἐσθίειν ἀπλήστως τοῖς πεινῶσι, τοῦ δὲ ἀφροδισιάζειν τοῖς σπέρματος πλήρεσιν. ἔοικε γὰρ ἐν τοῖς ὕπνοις εἰς τὸ βάθος τοῦ σώματος ἡ ψυχὴ εἰσδῦσα καὶ τῶν ἐκτὸς ἀποχωρήσασα αἰσθητῶν τῆς κατὰ τὸ σῶμα διαθέσεως αἰσθάνεσθαι, καὶ πάντων, ὧν ὀρέγεται, τούτων ὡς ἤδη παρόντων λαμβάνειν φαντασίαν. καὶ εἴπερ ἔχει ταῦθ᾽ οὕτως, οὐδὲν ἂν εἴη θαυμαστὸν, ὁπότε μὲν ὑπὸ πλήθους χυμῶν ἡ ψυχικὴ δύναμις ἐνοχλεῖται βαρυνομένη, μόγις μὲν κινουμένους ἑαυτοὺς κατ᾽ ὄναρ φαν-

crus fibi lapideum evafiffe, indicarantque plerique, qui in hifce rebus periti habebantur, ad fervos infomnium hoc pertinere; at ille eo crure refolutus eft, cum nemo id noftrum expectaffet. Palaeftritam item, qui in fanguinis cifterna ftare, ac vix eam fupereminere fibi videbatur, copiam fanguinis habere, evacuationeque indigere conjecimus. Nonnulli vero, quum critice fudaturi effent, in calidarum aquarum cifternis lavari natareque arbitrabantur. Ita quoque imaginatio bibendi citra expletionem admodum fitientibus, quemadmodum infaturabiliter comedendi efurientibus, venere utendi femine repletis accidit. Videtur enim in fomnis anima in corporis profundum ingreffa et ab externis fenfilibus digreffa affectionem, quae in corpore eft, fentire, atque eorum omnium, quae appetit, tanquam jam praefentium, vifa concipere. Et, fi haec ita habent, nihil fane mirum fuerit, fi, quum animalis facultas ab humorum copia gravata vexatur, homines vix fe ipfos movere ac

τάζεσθαι καὶ βαστάζοντας ἄχθη τινά· τοὐναντίον δὲ, ὅταν ᾖ κούφη τε καὶ ἀπέριττος ἡ τοῦ σώματος διάθεσις, ἤτοι πετομένους, ἢ θέοντας ὠκύτατα τοὺς οὕτω διακειμένους ὁρᾷν ὄναρ, ὁμοιουμένων ἀεὶ τῶν φαντασμάτων τῆς ψυχῆς ταῖς τοῦ σώματος διαθέσεσιν, ἄχρι τοῦ καὶ τῶν δυσωδῶν ἢ εὐωδῶν ἀνέχεσθαι δοκεῖν. οἱ μὲν γὰρ ἐν κόπρῳ καὶ βορβόροις διατρίβειν ἑαυτοὺς φαντασθέντες ἤτοι τοὺς χυμοὺς ἐν αὑτοῖς μοχθηροὺς καὶ δυσώδεις καὶ σεσηπότας ἔχουσιν, ἢ πλῆθος κόπρου περιεχομένης ἐν τοῖς ἐντέροις· τοὺς δὲ ἔμπαλιν τούτων διακειμένους καὶ δοκοῦντας ἐν εὐώδεσι τόποις διατρίβειν ἐναντίαν ἔχειν ἐν τῷ σώματι διάθεσιν ἡγητέον. ἃ τοίνυν ὁρῶσιν οἱ κάμνοντες ἐν τοῖς ἐνυπνίοις καὶ πράττειν δοκοῦσιν, ἐνδείξεται πολλάκις ἡμῖν ἐνδείας τε καὶ πλεονεξίας καὶ ποιότητας χυμῶν.

onera quaedam ferre per fomnum imaginentur: e contra vero, quum levis fuperfluitatibusque vacans affectio corporis fit, fi, qui ita funt affecti, fe vel volare vel velociffime currere per infomnium videant, quum animae vifa corporis affectionibus femper affimilentur, ita ut etiam, qui affecti funt, graveolentia vel beneolentia percipere videantur. Qui enim in ftercore et coeno fe verfari imaginantur, vel humores pravos graveolentesque et putrefactos in fe habent, vel copiam ftercoris in inteftinis contenti; qui autem contra, quam hi, funt affecti, ac in locis beneolentibus verfari fe credunt, contrariam habere in corpore affectionem eft cenfendum. Quae igitur laborantes in infomniis vident, feque agere arbitrantur, faepe haec nobis humorum tum defectus, tum exceffus, tum qualitates coindicabunt.

ΓΑΛΗΝΟΥ ΠΕΡΙ ΔΙΑΦΟΡΑΣ ΝΟΣΗΜΑΤΩΝ ΒΙΒΛΙΟΝ.

Ed. Chart. VII. [1.] Ed. Baf. III. (199.)

Κεφ. α'. Πρῶτον μὲν εἰπεῖν χρὴ, τί ποτε νόσημα καλοῦμεν, ἵν᾽ ᾖ δῆλον, ὑπὲρ οὗ σπουδάζει τὸ γράμμα· δεύτερον δ᾽ ἐπὶ τούτῳ, πόσα τὰ σύμπαντά ἐστιν ἁπλᾶ τε καὶ πρῶτα νοσήματα καὶ οἱονεὶ στοιχεῖα τῶν ἄλλων· ἐφεξῆς τε τρίτον, ὁπόσα τὰ ἐκ τούτων συντιθέμενα γίνεται.

Κεφ. β'. Ληπτέον δὴ κἀνταῦθα ὁμολογουμένην ἀρχὴν, ὡς ἅπαντες ἄνθρωποι, ἐπειδὰν μὲν τὰς ἐνεργείας τῶν τοῦ σώματος μορίων εἰς τὰς κατὰ τὸν βίον πράξεις ὑπηρετούσας ἀμέμπτως ἔχωσιν, ὑγιαίνειν εἰσὶ πεπεισμένοι, βλαβέντες δ᾽,

GALENI DE MORBORVM DIFFERENTIIS LIBER.

Cap. I. Primum dicendum eſt, quid morbum vocemus, ut, qua de re liber agit, innoteſcat. Secundum deinde, quot ſint univerſi, ſimplices primique morbi, ac veluti caeterorum elementa. Tertium deinceps, quot ex his compoſiti prodeant.

Cap. II. Sumendum profecto etiam hic conceſſum principium, univerſos homines tum ſe ſanitate frui ſibi perſuadere, quum partium corporis functiones vitae actionibus inſervientes illaeſas ſortiuntur, laeſa vero ex ipſis aliqua,

ἥντιναοῦν ἐξ αὐτῶν, νοσεῖν ἐκείνῳ τῷ μέρει νομίζουσιν. εἰ δὲ ταῦθ' οὕτως ἔχει, τὴν ὑγείαν ἐν δυοῖν τούτοιν ζητητέον, ἢ ἐν ταῖς κατὰ φύσιν ἐνεργείαις, ἢ ἐν ταῖς κατασκευαῖς τῶν ὀργάνων, ὑφ' ὧν ἐνεργοῦμεν· ὥστε καὶ ἡ νόσος ἢ ἐνεργείας ἐστὶν, ἢ κατασκευῆς βλάβη. ἀλλ' ἐπεὶ καὶ κοιμώμενοι, καὶ ἄλλως ἐν σκότῳ καὶ ἡσυχίᾳ διάγοντες, ἢ κατακείμενοι πολλάκις οὔτε τι μέρος κινοῦμεν, οὔθ' ὅλως αἰσθανόμεθα τῶν ἔξωθεν οὐδενὸς, οὐδὲν μὴν ἧττον ὑγιαίνομεν, κἂν τούτῳ δῆλον, ὡς οὐ τὸ ἐνεργεῖν ἐστι τὸ ὑγιαίνειν, ἀλλὰ τὸ [2] δύνασθαι. δυνάμεθα δὲ ἐνεργεῖν ἐκ τῆς κατὰ φύσιν κατασκευῆς· ἐν ταύτῃ ἄρα τὸ ὑγιαίνειν ἐστίν. ἕξει δὴ λόγον αἰτίας ἡ κατασκευὴ πρὸς τὴν ἐνέργειαν· ὥστ', εἴτε τὴν κατὰ φύσιν ἁπάντων τῶν μορίων κατασκευὴν ὑγείαν ὀνομάζειν ἐθέλοις, εἴτε τὴν τῶν ἐνεργειῶν αἰτίαν, εἰς ταὐτὸν ἄμφω τὼ λόγω συμβαίνουσιν. ἀλλ' εἴπερ ἡ ὑγεία τοῦτο, δῆλον ὡς ἡ νόσος τὸ ἐναντίον, ἤτοι κατασκευή τις παρὰ φύσιν, ἢ βλάβης ἐνεργείας αἰτία. δῆλον δὲ ὡς, εἰ καὶ διάθεσιν εἴποις παρὰ

fe illius functionis miniftra parte aegrotare augurari. Quod fi haec ita fefe habeant, his in duobus fanitas quaerenda eft, aut in functionibus fecundum naturam *prodeuntibus,* aut in organorum, quibus functiones edimus, ftructura, proindeque morbus vel functionis vel ftructurae laefio eft. Verum quum dormientes, aut alias in tenebris vel otio degentes, aut plerumque difcumbentes neque partem aliquam movemus, neque quid externum omnino fentimus, nihilominus tamen fani fumus. Atque hinc patet, non in actione, fed in *agendi* poteftate fanitatem conftitui. At functiones ex ea, quae fecundum naturam eft, ftructura obire poffumus; in ea itaque fanitas confiftit, proindeque ad functionem edendam ftructura caufae rationem obtinebit. Quare five naturalem omnium partium ftructuram fanitatem nominare volueris, five functionum caufam, in idem utraque incidit oratio. Quod fi hoc fit fanitas, conftat, ejus contrarium effe morbum, aut ftructuram aliquam praeter naturam, aut laefae functionis caufam. At manifeftum eft, quod,

φύσιν, ὀνόματί τε χρήσῃ παλαιῷ καὶ δηλώσεις ταὐτό. κατὰ πόσους δὲ τρόπους ἐξιστάμενα τὰ σώματα τοῦ κατὰ φύσιν ἐμποδίζεται περὶ τὰς ἐνεργείας, εἴπερ εὕροιμεν, οὕτως ἂν ἤδη τὸν ἀριθμὸν ἁπάντων τῶν ἁπλῶν νοσημάτων εὑρηκότες εἴημεν. ἀρχὴ δὲ κἀνταῦθα ὁμολογουμένη, σύμμετρον μὲν εἶναι τὸ κατὰ φύσιν οὐκ ἐν ζώῳ μόνον, ἀλλὰ καὶ ἐν φυτῷ καὶ σπέρματι καὶ ὀργάνῳ παντὶ, τὸ δὲ αὖ παρὰ φύσιν ἄμετρον. εἴη ἂν οὖν ἡ μὲν ὑγεία συμμετρία τις, ἡ δὲ νόσος ἀμετρία. τίνων οὖν ἡ νόσος ἀμετρία, σκεπτέον ἐφεξῆς. ἢ δηλονότι, ὧνπερ ἡ ὑγεία συμμετρία, τούτων ἡ νόσος ἀμετρία; εἰ μὲν οὖν ἐν πόρων συμμετρίᾳ τὸ ὑγιαίνειν ἐστὶν, ἐν πόρων ἀμετρίᾳ γενήσεται καὶ τὸ νοσεῖν· εἰ δ' ἐν εὐκρασίᾳ θερμοῦ καὶ ψυχροῦ καὶ ξηροῦ καὶ ὑγροῦ τὸ ὑγιαίνειν ἐστὶν, ἐν τῇ τούτων δυσκρασίᾳ καὶ τὸ νοσεῖν ἐξ ἀνάγκης συμβήσεται. κατὰ ταὐτὰ δὲ, κἂν ἐν ἄλλῳ τινὶ γένει συμμέτρῳ τὸ ὑγιαίνειν ὑπάρχῃ, δῆλον ὡς καὶ τὸ νοσεῖν

fi quoque affectum praeter naturam dixeris, et prifco ufus fueris nomine, et idem fignificaveris. Quot vero modis corpora ab eo, quod fecundum naturam eft, in functionibus *obeundis* decedentia interturbantur, fi invenerimus, eadem via jam numerus omnium fimplicium morborum nobis compertus erit. Hic autem principium concedatur, commoderatum id effe, quod fecundum naturam eft, non in animali folum, verum etiam in planta et femine omnique organo; quod vero rurfus praeter naturam eft, incommoderatum. Sit igitur fanitas commoderatio quaedam, morbus vero incommoderatio. Quorum ergo incommoderatio morbus fit, deinceps fpeculandum. An videlicet, quorum fanitas commoderatio eft, eorundem morbus incommoderatio exiftit? Si itaque in meatuum commoderatione fanitas fit, in meatuum incommoderatione morbus erit; fi vero in calidi, frigidi, ficci et humidi temperie fanitas conftituatur, in eorundem intemperie morbum effe neceffario confequetur. Hac vero ratione, fi in alterius cujusdam generis commoderatione fanitas fuerit, conftat quoque, morbum in ejus-

ἐν τῷ κατ᾽ ἐκεῖνο τὸ γένος ἀμέτρῳ συστήσεται. πάλιν δὲ δὴ τὸ αὐτὸ τοῦτ᾽ ἐπισκεψώμεθα λογικώτερον. ἁπλοῦν εἴ τι σῶμα καὶ ἀκριβῶς ἐστιν ἕν, οὐκ ἄν ποτε δέξαιτο τὸ μᾶλλόν τε καὶ ἧττον, οὐδ᾽ ἂν εἴη τι κατ᾽ ἐκεῖνο τὸ γένος ἕτερον ἑτέρου βέλτιόν τε καὶ χεῖρον· εἰ δ᾽ ἐκ πλειόνων συγκέοιτο, πολλοὶ μὲν ἂν οὕτω γε τρόποι τῆς συνθέσεως ἐν αὐτῷ γίνοιντο βελτίους τε καὶ χείρους· εἴη δ᾽ ἂν οὕτω καὶ αὐτὰ τὰ συντιθέμενα κρείττω τε καὶ φαυλότερα· τὸ δ᾽ ἄριστα συγκείμενον ἁπάντων ἄριστον ἂν εἴη τῶν ὁμογενῶν. ἆρ᾽ οὖν ἐν τοῖς τῶν ζώων σώμασι τὸ μᾶλλόν τε καὶ ἧττόν ἐστιν, ὡς τὸ μὲν ἄκρως εὐεκτικὸν εἰπεῖν, τὸ δ᾽ ἁπλῶς εὐεκτικὸν, οὐ μὴν ἄκρως, καὶ τουτὶ μὲν ὑγιεινὸν, οὐ μὴν εὐεκτοῦν, ἕτερόν δέ τι δυσαρεστούμενον, ἄλλο δὲ ἤδη νοσοῦν, καὶ τούτου τὸ μὲν ἐπιεικῶς, τὸ δὲ ὀλεθρίως, καὶ τὸ μὲν μετρίως, τὸ δὲ σφοδρῶς; ἢ πάντες ὁμοίως διακείμεθα νοσοῦντές τε καὶ ὑγιαίνοντες; οὐκ ἔστιν εἰπεῖν. οὐκ οὖν ἕν ἐστι τὸ τῶν ζώων σῶμα, καθάπερ ἡ ἄτομος ἡ Ἐπικούρειος, ἢ τῶν ἀνάρμων τι

dem generis incommoderatione conſtituendum eſſe. Enimvero hoc ipſum rurſus ſubtilius contemplemur. Si quod corpus ſimplex ac exacte unum ſit, id nunquam intenſionem et remiſſionem admitteret, neque eo in genere alterum altero melius aut deterius daretur. At ſi ex pluribus compoſitum ſit, multi ſane hoc pacto compoſitionis modi in ipſo erunt tum meliores, tum deteriores. Erunt etiam eadem ratione ipſa compoſita et meliora et deteriora. Quod autem omnium optime conſtitutum eſt, id eorum, quae ejusdem ſunt generis, erit optimum. Num igitur in animalium corporibus et magis et minus exiſtit, adeo ut illud optimi ſit habitus, hoc ſimpliciter boni habitus, non autem optimi, et hoc quidem ſanum, non tamen boni ſit habitus, aliud praeterea, quod vix morbo reluctetur, aliud denique, quod jam aegrotet, atque hujus *generis* alterum leviter, alterum periculoſe, illud mediocriter, hoc vehementer *aegrotet?* An omnes peraeque affecti ſumus tum aegri, tum ſani? Hoc proferre nefas. Itaque non unum eſt animalium corpus, veluti Epicuri atomus, aut incompactum aliquod Aſcle-

τῶν Ἀσκληπιάδου· σύνθετον ἄρα πάντως. ἀλλ᾽ εἰ μὲν ἐξ ἀτόμων, ἢ ἀνάρμων, ἢ ὅλως ἐξ ἀπαθῶν τινῶν σύγκειται, τὸ μᾶλλόν τε καὶ ἧττον ἐν τῷ ποιῷ τῆς συνθέσεως ἕξει δίκην οἰκίας ἐξ ἀπαθῶν μὲν λίθων συγκειμένης, οὐ μὴν ἐν τῇ συνθέσει γε πάντῃ κατορθουμένης. εἰ δὲ εἶεν οἷοί τε πάσχειν τι καὶ οἱ λίθοι, πολυειδέστερον ἂν οὕτω γε τὸ μᾶλλόν τε καὶ ἧττον ὑπάρχοι κατὰ τὴν οἰκίαν. εἰ δὲ καὶ αὐτὰ τὰ στοιχεῖα τῶν ἡμετέρων σωμάτων ἀλλοιοῦσθαί τε καὶ πάσχειν πέφυκεν, οὐ μόνον ἂν ἐν τῇ συνθέσει τε καὶ οἷον διαπλάσει τῶν μορίων, ἀλλὰ καὶ δι᾽ ὅλων ἑαυτῶν τὸ μᾶλλόν τε καὶ ἧττον ἐπιδέχοιτ᾽ ἄν. καὶ δὴ καὶ νοσήσει δηλονότι δι᾽ ὅλων ἑαυτῶν εἴδη τοσαῦτα νοσημάτων ἁπλᾶ τε καὶ πρῶ[3]τα καὶ οἷον στοιχεῖα τῶν ἄλλων, ὅσαπερ ἂν ᾖ τὰ συντιθέντα. τοῦτο δὲ τὸ δι᾽ ὅλων οὐκ ἐν τοῖς ἀπαθέσιν ἐστὶ στοιχείοις· οὐ γὰρ ἐνδέχεται παθεῖν τι τὴν ἄτομον αὐτήν, ἀλλ᾽ ἐν τῇ συνθέσει τε καὶ διαπλάσει τὸ πάθημα.

piadis corpufculum. Quamobrem plane compofitum *erit.* Quod fi ex atomis, aut incompactis, aut omnino ex impatibilibus quibusdam *corpufculis* conftrueretur, in compofitionis duntaxat qualitate magis minusque fufciperet domus inftar ex impatibilibus lapidibus conftructae, non tamen in ftructura etiam omni ex parte rectae. Quod fi qua in re pati poffe ipfos lapides contingeret, ut varios *patiendi* modos, ita magis minusque domus ipfa *fufciperet.* At fi ipfa noftrorum corporum elementa et alterari et pati fua natura confueverint, non folum in compofitione, ut et partium conformatione, verum etiam per fe ipfa tota magis minusque fufcipient. Proindeque ipfa per fe tota tot nimirum morborum generibus, iisque fimplicibus ac primis et veluti caeterorum elementis aegrotabunt, quot fuerint ea, quae compofitionem efficiunt. Haec autem *verba,* per fe tota, impatibilibus elementis nequaquam accidunt. Non enim conceffum eft, quicquam pati individuam ipfam atomum, fed in compofitione et conformatione affectionem *comperiri.*

Κεφ. γ΄. Σύνθεσις δὲ καὶ διάπλασις ἐν τοῖς τῶν ζώων σώμασιν ὑπάρχει τριττή· πρώτη μὲν ἡ τῶν ὁμοιομερῶν ὀνομαζομένων, ἀρτηριῶν, καὶ φλεβῶν, καὶ νεύρων, καὶ ὀστῶν, καὶ χόνδρων, καὶ συνδέσμων, ὑμένων τε καὶ σαρκῶν· δευτέρα δὲ ἡ τῶν ὀργανικῶν, ἐγκεφάλου τε καὶ καρδίας, καὶ πνεύμονος, καὶ ἥπατος, καὶ κοιλίας, καὶ σπληνὸς, καὶ ὀφθαλμῶν, καὶ νεφρῶν· τρίτη δὲ ἡ τοῦ σύμπαντος σώματος. ἕκαστον γὰρ τῶν ὀργανικῶν τούτων μορίων ἔκ τινων ἑτέρων ἁπλῶν ὡς πρὸς τὴν αἴσθησιν σύγκειται, κἀκείνων ἕκαστον ἐκ τῶν πρώτων στοιχείων. σαρκὸς οὖν αὐτῆς, ᾗ σὰρξ, ἐν τῇ συνθέσει μόνη τῶν πρώτων στοιχείων ἡ διαφορὰ, ᾗ μέντοι μόριον ὀργάνου, παρά τε τὴν διάπλασιν καὶ τὸ μέγεθος· καὶ γὰρ οὖν καὶ αὐτῶν τῶν ὀργάνων ἐν τούτοις αἱ διαφοραί. πόσα τοίνυν ἐστὶ καὶ τίνα κατὰ τὴν πρώτην ὑπόθεσιν τὰ σύμπαντα νοσήματα τῶν ὁμοιομερῶν σωμάτων, διελθόντες, ἑξῆς ἐπὶ τὴν ἑτέραν μεταβησόμεθα, τὴν ἀλλοιοῦσθαί τε καὶ τρέπεσθαι τὴν οὐσίαν ὅλην δι᾽ ὅλης ἑαυτῆς ὑποτιθεμένην.

Cap. III. At compofitio et conformatio in animalium corporibus eft triplex: prima partium, quas vocant, fimilarium, arteriarum, venarum, nervorum, offium, cartilaginum, ligamentorum, membranarum et carnium; fecunda vero organicarum, cerebri, cordis, pulmonis, hepatis, ventriculi, lienis, oculorum et renum; tertia denique totius corporis. Etenim unaquaeque harum partium organicarum ex aliis quibusdam fimplicibus quoad fenfum eft conftituta; illarum vero quaeque ex primis conftat elementis. Carnis igitur ipfius; quatenus caro eft, in fola primorum elementorum compofitione differentia confiftit; at quatenus pars organi, in conformatione et magnitudine. Itaque ipforum quoque organorum his in ipfis differentiae funt. Productis igitur, quot et qui fint ex prima fuppofitione, omnibus fimilarium corporum morbis, ad fecundam deinceps migrabimus, ad eam nimirum, quae fubftantiam totam per fe totam alterari tranfmutarique fupponit.

Ed. Chart. VII. [3.] Ed. Baf. III. (199. 200.)

Κεφ. δ'. Ἔστι δὲ δύο τὰ πρῶτα πάθη, τὸ μὲν εὐρύτης τις πόρων, τὸ δὲ στέ(200)γνωσις. ἀπαθῶν γὰρ ὑποκειμένων τῶν πρώτων στοιχείων, ἐν τῇ συνθέσει μόνῃ τὰ παθήματα· συνθέσεως δὲ πάσης αἱ προειρημέναι διαφοραί. ὥστ᾽ ἀναγκαῖον ἐῤῥῶσθαι μὲν ἕκαστον τῶν ὁμοιομερῶν, ὁπόταν ἡ συμμετρία τῶν πόρων αὐτοῦ φυλάττηται, διαφθειρομένης δὲ ταύτης ἐξίστασθαι τοῦ κατὰ φύσιν. ἀλλ᾽ ἐπειδὴ συμμετρίας ἁπάσης ἡ διαφορὰ διττὴ, (τὸ μὲν γὰρ ὑπερβολὴ, τὸ δὲ ἔλλειψις,) δῆλον, ὡς καὶ τὰ πρῶτα νοσήματα τῶν ἁπλῶν σωμάτων ἔσται διττὰ, τὸ μὲν εὐρύτης τις πόρων, τὸ δὲ στέγνωσις. καὶ ὀστοῦν δὴ καὶ σὰρξ καὶ τῶν ἄλλων ἕκαστον τῶν ἁπλῶν σωμάτων πρὸς τὴν αἴσθησιν, εἰ μὲν στεγνότερον ἢ μανότερον εἴη τοῦ συμμέτρου, κακῶς διακεῖσθαι φήσομεν, εἰ δ᾽ ἐν τῷ μέσῳ τῆς ὑπερβολῆς ἑκατέρας, ὡς ἂν μάλιστα συμφέρῃ ταῖς χρείαις αὐτῶν, ἄκρως ὑγιαίνειν ἐροῦμεν τηνικαῦτα· τὰ δὲ ἐφ᾽ ἑκάτερα τῆς ἀκριβοῦς συμμετρίας βραχείας ἐκτροπὰς οὐδέπω μὲν εἶναι νόσους,

Cap. IV. Sunt autem duo primi morbi, alter quaedam meatuum dilatatio, alter aftrictio. Impatibilibus namque fuppofitis primis elementis, in compofitione fola erunt morbi. Compofitionis autem omnis differentiae prius enarratae funt. Quare neceffe eft unamquamque partium fimilarium recte valere, quum commoderatio meatuum ipfius confervatur, qua labefactata de naturali ftatu ipfa decedit. Sed quoniam cujuscunque commoderationis differentia eft duplex, altera exuperantia, altera penuria, liquet, primos fimplicium corporum morbos fore duplices, alterum quandam meatuum dilationem, alterum aftrictionem. Os itaque, caro et aliorum corporum pro fenfus judicio fimplicium unumquodque fi aftrictius aut laxius fit commoderato, id male affectum effe proferemus. At fi in utriusque exuperantiae medio fit, ita ut ipfius functionibus maxime conferat, tunc fumme fanum effe pronunciabimus. Breves autem a medio ad utrumque exquifitae commoderationis extremum deceffiones nequaquam morbos effe dicemus, quoad

Ed. Chart. VII. [3. 4.] Ed. Baf. III. (200.)

ἔστ᾽ ἂν μηδέπω βλάβην αἰσθητὴν ἐνεργείας τινὸς ἀπεργάζωνται· πολὺ δ᾽ ἐν ταύταις ὑπάρχειν τὸ μᾶλλόν τε καὶ ἧττον, ὡς ἂν ἱκανὸν ἐχούσης διάστημα τῆς νοσώδους ἀμετρίας παρὰ τὴν ἀκριβῶς ὑγιεινὴν συμμετρίαν· ἐν τούτῳ δὴ παντὶ τῷ πλάτει τὰς τῶν ὑγιαινόντων συνίστασθαι διαφοράς· ἐν δὲ τῷ μετὰ τοῦτο, τῷ τῆς αἰσθητῆς ἀμετρίας, τὰς νόσους, ἄχρις ἂν ἐπ᾽ ἐκείνην ἀφίκωνται τὴν ἀμε[4]τρίαν, ἥτις ἤδη φθορὰν ἐργάζεται τοῦ μορίου. οὐ γὰρ δὴ μέχρι γε παντὸς στεγνοῦσθαί τε καὶ μανοῦσθαι τὰ τῶν ζώων σώματα πέφυκεν, ἀλλ᾽ ἔστι τις κἀνταῦθα ὅρος, οὗ περαιτέρω προελθεῖν αὐτοῖς ἄνευ διαλύσεώς τε καὶ φθορᾶς ἀδύνατον. ἡ μὲν δὴ τῶν ἀπαθῶν στοιχείων ὑπόθεσις ὧδε ἔχει.

Τῶν δὲ πάσχειν ὑποτιθεμένων αὐτὰ, καὶ μέντοι καὶ δρᾷν εἰς ἄλληλα, καὶ κεράννυσθαι δι᾽ ὅλων, ὅσαπερ ἂν ὑπόθηταί τις εἶναι τὰ πρῶτα στοιχεῖα, τοσαῦτα ἐξ ἀνάγκης ἐρεῖ καὶ τὰ πρῶτα νοσήματα. φέρε γὰρ εἶναι τὰ πρῶτα στοιχεῖα τέτταρα, τὸ θερμὸν, καὶ τὸ ψυχρὸν, καὶ τὸ ξηρὸν,

manifeftam functionis alicujus laefionem effecerint; fed in his multum et magis et minus exiftere, adeo vt, quam magnum fit intervallum ab incommoderatione morbofa ad exquifite fanam commoderationem, in hac tota latitudine fanorum differentiae confiftant. At in altero ipfum fubfequenti intervallo, quod fenfibilis eft incommoderationis, morbos collocamus, donec ad illam devenerint incommoderationem, quae jam partis corruptionem molitur. Neque enim animalium corpora quocunque modo aftringi dilatarique fuapte natura poffunt, fed eft quidam hic terminus, ultra quem ipfa citra diffolutionem corruptionemque progredi nequeant. Atque haec profecto impatibilium elementorum fuppofitio ita fe habet.

Qui vero ipfa pati elementa, nihiloque minus in fe invicem agere, et per fe tota commifceri ac temperari fupponunt, quot eorum aliquis prima effe elementa fuppofuerit, totidem primos quoque morbos neceffario conftituet. Nam concede, prima elementa effe quatuor, calidum, frigi-

καὶ τὸ ὑγρὸν, ἐκ τούτων δὲ κεραννυμένων ἀλλήλοις συμμέτρως μὲν ὑγιαίνειν τὸ ζῶον, ἀμέτρως δὲ νοσεῖν. ἔσται δὴ καὶ τὰ πρῶτα νοσήματα τέτταρα, τό θ' ὑπὲρ τὴν κατὰ φύσιν συμμετρίαν πρῶτον θερμὸν, καὶ δεύτερον τὸ ψυχρὸν, καὶ τρίτον τὸ ὑγρὸν, καὶ τέταρτον τὸ ξηρόν. αὗται μὲν καὶ αἱ κατὰ τὴν δευτέραν ὑπόθεσιν νόσοι τῶν ὁμοιομερῶν ὀνομαζομένων σωμάτων, ἃ δὴ καὶ τελέως ἁπλᾶ φαίνεται.

Τὰ δὲ τῶν συνθέτων ἐν ἡμῖν ὀργάνων νοσήματα κοινὰ τῶν ὑποθέσεων ἑκατέρων ἐστίν. ἐπέλθωμεν οὖν καὶ ταῦτα διὰ βραχέων, αὐτὸ τοῦτο πρῶτον ἐπιδεικνύντες, ὅπως ἐστὶ κοινά. δεομένου δὴ παντὸς τοῦ πρὸς αἴσθησιν συνθέτου σώματος, ὃ δὴ καὶ ἀνομοιομερὲς ὀνομάζουσιν, εἰ μέλλοι καλῶς ἐνεργήσειν, οὔτ' ἐξ οἵων ἔτυχε συγκεῖσθαι μορίων τῶν ἁπλῶν, οὔτ' ἐξ ἀριθμοῦ τινος ἢ μεγέθους οὐ προσήκοντος, οὔθ' ὃν ἔτυχε τρόπον συνθέσεως ὑπάρχειν, ἐν τέσσαρσι τούτοις γένεσι τὰ τῶν ὀργάνων ἁπάντων ἔσται νοσήματα. διαφοραὶ δὲ καθ' ἕκαστον γένος αἵδε. κατὰ μὲν τὸ πρῶτον

dum, ficcum et humidum; ex hisque inter fe temperatis, commoderate quidem, fanitate frui animal, incommoderate vero, aegrotare. Erunt quoque primi morbi quatuor: primus calidum praeter naturalem commoderationem; fecundus frigidum; tertius humidum; quartus demum ficcum. Hi funt ex fecunda fuppofitione morbi partium, quae fimilares appellantur, atque fimplices omnino confpiciuntur.

Compofitorum vero in nobis organorum morbi utrique fuppofitioni communes exiftunt. Hos igitur paucis percurramus, et hoc ipfum in primis, quomodo fint communes, demonftremus. Quum fane oporteat corpus omne ad fenfum compofitum, quodque diffimilare appellitant, fi probe fuas functiones obiturum fit, non ex qualibuscunque, ut fors tulerit, partibus fimplicibus, neque ex aliquo numero aut magnitudine non congruente conftitui, neque fortuitum hunc effe compofitionis modum, in quatuor his generibus organorum omnium erunt morbi. At fingulorum generum hae funt differentiae: primi quidem generis enarrati, quum

ῥηθὲν, ὅταν ἡ προσήκουσα μορφὴ τοῦ μορίου διαφθείρηται, ἢ σχῆμα μὴ δέον, ἢ κοιλότητα λαβόντος, ἢ πόρον, ἤ τι τούτων ἀπολέσαντος, ὧν εἶναι δέον. ἐκ τούτου τοῦ γένους ἐστὶ καὶ ἡ τραχύτης αὐτοῦ καὶ ἡ λειότης οὐ προσηκόντως ὑπαλλαττόμεναι. ἐν δὲ τῷ δευτέρῳ γένει, τῷ κατὰ τὸν ἀριθμὸν τῶν ἁπλῶν καὶ πρώτων μορίων, διττὴ νοσημάτων ἔσται διαφορὰ, ἢ ἐλλείποντός τινος ὧν εἶναι δέον, ἢ πλεονάζοντος ὧν οὐκ εἶναι δέον. καὶ μὲν δὴ κἀν τῷ τρίτῳ γένει, τῷ κατὰ τὸ μέγεθος, ὁμοίως διττὴ νοσημάτων ἔσται διαφορά. μεῖζον γὰρ εἴτι γένοιτο, δεόμενον ἔλαττον ὑπάρχειν, ἢ αὖθις ἔλαττον ἀποτελεσθείη, μεῖζον εἶναι δεόμενον, οὐκ ὀρθῶς ἂν ἔχοι τὸ σύμπαν ὄργανον. ἐν δὲ δὴ τῷ λοιπῷ γένει τῶν νοσημάτων, τῷ κατὰ τὴν σύνθεσιν, ἤτοι τῆς κατὰ φύσιν ἐξαλλαττομένης θέσεως, ἢ τῆς πρὸς ἄλληλα τῶν μορίων κοινωνίας, αἱ διαφοραὶ συστήσονται. ὥσπερ δ᾽ ἐκ τῶν ἁπλῶν σωμάτων ἕκαστον τῶν πρώτων ὀργάνων ἢ κατορθοῦται συντιθέμενον ἢ διαμαρτάνεται, καὶ ἐκ τούτων αὐτῶν τό θ᾽ ὑγιαίνειν ὑπάρχει καὶ τὸ νο-

decens partis conformatio labefactata fuerit, aut figuram non idoneam, aut cavitatem, aut meatum acceperit, aut horum aliquid perdiderit, quae adesse oportebat. Ex hoc genere quoque sunt asperitas ipsius et laevitas indecenter immutatae. Secundi vero generis, quod in simplicium primarumque partium numero continetur, duplex erit morborum differentia, aut alicujus rei, quam inesse congruebat, penuria, aut rei minime necessariae exuperantia. Tertii quoque generis, quod ad magnitudinem spectat, similiter duplex differentia. Si quid enim majus increverit, quod minus esse oporteat, aut contra minus evaserit, quod grandius esse decebat, nequaquam recte se habuerit universum organum. Reliqui demum generis morborum structurae aut in situ a naturali sede immutato, aut interturbata partium inter se societate differentiae constituentur. Quemadmodum autem ex simplicibus corporibus unumquodque primorum organorum vel integram vel vitiatam structuram sortitur, at-

σεῖν, οὕτω πάλιν ἐξ αὐτῶν τούτων τῶν ὀργάνων τῶν πρώτων τὰ δεύτερα συνίσταται. μῦς μὲν γὰρ καὶ φλὲψ καὶ ἀρτηρία τῶν πρώτων ὀργάνων, δάκτυλος δὲ τῶν δευτέρων, καὶ τούτου μᾶλλον ἔτι ποὺς καὶ ποδὸς τὸ σκέλος. καθόλου γὰρ, ὅσα μὲν ἐκ τῶν ὁμοιομερῶν συνελθόντων ἐγένετο μιᾶς ἐνεργείας ἕνεκεν, ἐν τοῖς πρώτοις ὀργάνοις ἀριθμηθήσεται, τὰ δ' ἐκ τούτων πάλιν συντιθέμενα, κἂν ὅτι μάλιστα μίαν ἐργάζηται τοῦ παντὸς ὀργάνου τὴν ἐνέργειαν, ἐν τοῖς δευτέροις τετάξεται. τὰ δὲ αὐτὰ ταῦτα καὶ τούτων τῶν ὀργάνων ἔσται νοσήματα τοῖς ἐπὶ τῶν πρώτων εἰρημένοις. [5] ἀλλὰ περὶ μὲν τῶν ὀργάνων τῆς διαφορᾶς ἐν ἑτέρῳ διῄρηται λόγῳ, τίνα μὲν ἀκριβῶς ἐστι τὰ πρῶτα, τίνα δ' ἐπ' αὐτοῖς δεύτερά τε καὶ τρίτα καὶ τέταρτα τίθεσθαι προσῆκεν. ἔνια γὰρ ἐπαμφοτερίζει τοῖς γνωρίσμασιν, ὡς καὶ πρῶτα δοκεῖν εἶναι καὶ δεύτερα. δεῖται δὲ οὐδὲ ὅ γε παρὼν λόγος τῆς τοιαύτης ἀκριβολογίας· εἰς ἓν δὲ τοῦτ' ἀποβλέπειν ἀξιῶ, εἴθ' ἁπλοῦν ἐστιν ὡς πρὸς τὴν αἴσθησιν, εἴτε σύνθετον τὸ μόριον. τοῦ μὲν

que ex his ipfis fanitas aut morbus exiftit, fic rurfus ex ipfis primis organis fecunda conftituuntur. Mufculus etenim, vena et arteria primorum funt organorum, digitus fecundorum, et hoc magis etiam pes, atque pede magis crus. Nam in univerfum, quaecunque ex fimilaribus partibus congruentibus unius functionis gratia procreata funt, inter prima organa numerabuntur. Quae vero rurfum ex his componuntur, etiamfi unam quam maxime organi functionem obeant, inter fecunda ordine collocabuntur. Iidem vero et horum organorum erunt morbi, qui primorum effe enarrati funt. Sed de organorum differentiis alio in libro differuimus, quae nimirum abfolute prima fint, et poft haec fecunda et tertia et quarta collocari conveniat. Nonnulla fiquidem utrinque habent notas, ut tum prima, tum fecunda effe videantur. At praefens oratio ejusmodi accurata tractatione non indiget. Ad id tamen unum fpectare velim, an fimplex quoad fenfum, an compofita fit pars. Simpli-

γὰρ ἁπλοῦ τὰ πρῶτα ῥηθέντα νοσήματα τῇ διαφορᾷ τῶν φυσικῶν στοιχείων εἰσὶ διωρισμένα, τοῦ συνθέτου δὲ τὰ δεύτερα, κοινὰ τῶν ὑποθέσεων ὑπάρχοντα. γένος δ᾽ οὐδέν ἐστι νοσήματος οὔτε ἐν τοῖς ἁπλοῖς σώμασιν οὔτ᾽ ἐν τοῖς συνθέτοις ἴδιον ἑκατέρων· ἡ γὰρ τῆς διαιρέσεως μέθοδος ἐνδείκνυται τὸ ἀδύνατον· ἀλλ᾽ ἓν ἔτι ἐστὶ κοινὸν ἁπάντων τῶν σωμάτων καὶ τῶν συνθέτων, εἴτ᾽ οὖν τῶν πρώτων ὀργάνων, εἴτε καὶ τῶν δευτέρων, εἴτε καὶ τῶν τρίτων ὑπάρχει τὸ νῦν λεχθησόμενον. μέθοδος δὲ καὶ τούτου τῆς εὑρέσεως τὸ κοινῇ πᾶσι τοῖς εἰρημένοις ὑπάρχον μορίοις. εἰ γὰρ ὑπάρχει τι κοινὸν αὐτοῖς ἐν τῷ κατὰ φύσιν ἔχειν, ὡς ἐνέργειαν ἢ χρείαν τινὰ τῷ ζώῳ παρεχόμενον, πάντως δήπου καὶ διαφθειρομένου τούτου κοινὸν αὐτοῖς τι καὶ νόσημα συστήσεται. τί δὲ τοῦτ᾽ ἔστι τὸ πᾶσιν ὑπάρχον κοινόν; ἕνωσις τῶν ἰδίων μορίων, ἧς ἕκαστον μεταλαβὸν ἓν εἶναι λέγεται καὶ μίαν ἐνέργειαν ἢ χρείαν ἀποτελεῖν. εἰ δὲ καὶ ἥδε λύοιτο κατά τι, νόσος καὶ τοῦτ᾽ ἔστι τοῦ μέρους. οἷον δέ τι καθ᾽ ἕκαστον τῶν

cis etenim partis primi dicti morbi naturalium elementorum differentia definiti funt. Ad compofitam autem partem fecundi fpectant, qui utrique fuppofitioni funt communes. Nullum vero morbi genus eft, neque in fimplicibus corporibus, neque in compofitis, quod fit utrisque proprium. Divifionis fi quidem methodus id fieri non poffe demonftrat. At unus eft praeterea morbus omnibus corporibus tum fimplicibus, tum compofitis communis, five ea prima fint organa, five fecunda, five tertia, jam nunc explicandus. At hujusce inventionis morbi via eft, quod omnibus dictis partibus communiter datur. Si quid enim ipfis fecundum naturam fe habentibus infit commune, quod animanti functionem aut ufum aliquem praeftet, id profecto fi prorfus vitietur, communis quidam in ipfis morbus conftituetur. Sed quid hoc, quod omnibus commune tribuitur? Propriarum partium unitas, qua unumquodque praeditum unum effe et unam functionem ufumve perficere dicitur. Haec fi qua occafione folvatur, id partis morbus eft. Quale vero no-

μορίων ἡ νόσος ἥδε κέκτηται τοὔνομα, μικρὸν ὕστερον ἐροῦμεν, ὅταν καὶ τὰς τῶν εἰρημένων γενῶν διαφορὰς εἰς τὰ κατὰ μέρος εἴδη διελώμεθα.

Κεφ. ε΄. Καὶ δὴ ποιῶμεν ἤδη τοῦτο πάλιν ἀπὸ τῆς προτέρας ὑποθέσεως ἀρξάμενοι. δύο οὖν ἐν ταύτῃ τῶν ὁμοιομερῶν σωμάτων ὑπῆρχε νοσήματα ἐν πόρων ἀμετρίᾳ συνιστάμενα, τὸ μὲν εὐρύτης τις αὐτῶν οὖσα, τὸ δὲ στέγνωσις. ἑκατέρου δὲ τούτων ἡ διαφορὰ διττή. στεγνώσεως μὲν οὖν συνίζησίς τε τοῦ σώματος εἰς ἑαυτὸ πανταχόθεν, καὶ αὐτῶν τῶν πόρων ἔμφραξις· εὐρύτητος δὲ τοῦ μὲν σώματος εἰς πᾶν μέρος ἔκτασις, αὐτῶν δὲ τῶν πόρων οἷον ἀναπέτειά τις οὖσα ἐκπτώσει τῶν στοιχείων, ἃ δὴ καὶ κυρίως σώματα προσαγορεύεσθαι φασὶν ἁπλᾶ τε καὶ πρῶτα ὑπάρχοντα· τὰ γὰρ ἐκ τούτων συντιθέμενα συγκρίματα καλοῦσιν. ἐπὶ δὲ τῆς δευτέρας ὑποθέσεως ἡ διαφορὰ τῶν νοσημάτων διττὴ τυγχάνει, ποτὲ μὲν δὴ ταῖς ποιότησι μόναις ἀλλοιουμένων τῶν ὁμοιομερῶν σωμάτων, ἔστιν ὅτε δὲ ῥυείσης εἰς αὐτά τινος οὐσίας τὰς

men fingulis in partibus hic morbus fortiatur, paulo poft dicemus, ubi dictorum generum differentias in fpecies particulares diviferimus.

Cap. V. Atque profecto id jam rurfus a priori fuppofitione ducto exordio moliamur. Duo itaque ex hac *fuppofitione* fimilarium partium morbi pofiti funt, qui in meatuum incommoderatione confiftunt. Unus quaedam ipforum *meatuum* dilatatio eft, alter aftrictio. Utriusque vero eorum differentia duplex. Aftrictionis quidem corporis undique in fe ipfum confidentis anguftia, atque ipforum meatuum obftructio. Dilatationis vero corporis ducta in omnem partem extenfio; ipforum meatuum veluti quaedam laxitas ex procidentia elementorum, quae corpora proprie appellari affeverant, quum fimplicia ac prima fint. Nam quae ex his componuntur, concreta vocant. Porro ex fecunda fuppofitione duae funt morborum differentiae: *prior,* quum fimilares partes folis qualitatibus alterantur; *pofterior,* quum ad ipfas *partes* aliqua fubftantia dictis praedita quali-

εἰρημένας ἐχούσης ποιότητας. ὁ μὲν δὴ δεύτερος τρόπος, ὄγκον περὶ τοῖς σώμασιν ἐργαζόμενος, ὑπ᾽ οὐδενὸς ἀγνοεῖται τῶν ἰατρῶν. ἐρυσιπέλατα γὰρ, καὶ φλεγμοναὶ, καὶ οἰδήματα, καὶ φύματα, καὶ φύγεθλα, καὶ χοιράδες, ἐλεφαντιάσεις τε καὶ ψῶραι, καὶ λέπραι, καὶ ἀλφοὶ, καὶ σκίῤῥοι τούτου τοῦ γένους εἰσὶν, οὐδένα λαθεῖν δυνάμενα. τὰ δ᾽ ἐν τῇ τῶν ποιοτήτων αὐτῶν μόνῃ δυσκρασίᾳ (201) συνιστάμενα νοσήματα δυσφωρατότερα, πλὴν εἰ μὴ μεγάλη ποθ᾽ ἡ τοῦ μέρους εἰς τὸ παρὰ φύσιν ἐκτροπὴ γένοιτο. τηνικαῦτα γὰρ ἅπασιν ἤδη γνωρίζεται ῥαδίως, ἐπὶ μὲν ὅλου τοῦ σώματος ὀνομαζομένη πυρετὸς, [6] ἐπειδὰν τὸ θερμὸν κρατῇ, καὶ κατὰ τὰ μόρια δ᾽ ἐναργῶς ἐνίοτε φαινομένη. καὶ γὰρ καὶ σκέλη τοῖς πλείω περιπατήσασιν ἀήθως, καὶ χεῖρες, εἴ τις ταύταις πονήσειεν ἐπιπλέον, ἢ ἐρέσσων, ἢ σκάπτων, ἤ τι τοιοῦτον διαπραττόμενος, ἐναργῶς φαίνονται θερμότεραι καὶ αὐτοῖς τοῖς κάμνουσι, καὶ τοῖς ἔξωθεν ἁπτομένοις αὐτῶν. ἐὰν μέντοι τις ὄγκος μέγας προσγένηται τοῖς μορίοις, ἐπιῤῥυείσης τινὸς οὐσίας αὐτοῖς

tatibus fluit. Atque hic fecundus modus, quem tumorem in partibus procreare nemo medicus ignorat. Etenim eryfipelata, phlegmonae, oedemata, phymata, phygethla, ftrumae, elephantiafis, fcabies, lepra, vitiligines et fcirrhi hujus funt generis, qui *morbi* neminem latere poffunt. Verum qui morbi in fola qualitatum ipfarum intemperie confiftunt, difficilius deprehenduntur, nifi magna partis in ftatum videlicet praeter naturam everfio facta fuerit. Tunc enim jam ab omnibus facile cognofcitur quae in toto corpore febris appellatur, quum calor exuperet; in partibus vero interdum etiam manifefte fe prodit. Etenim et crura iis, qui liberalius praeter confuetudinem ambulaverint, et manus, fi quis eas plurimum exercuerit, aut remigando, aut fodiendo, aut aliquid hujusmodi faciendo, manifefte calidiores apparent tum ipfis laborantibus, tum externis, qui eos tetigerint. Si quis enim magnus tumor partibus adnafcatur, exterius ipfis affluente fubftantia quadam calida, is ex fecun-

θερμῆς, ἐκ τῆς δευτέρας ἔσται διαφορᾶς τῶν νοσημάτων. ἐκ δὲ τῆς πρώτης ταῦτά τε πάντα τὰ νῦν εἰρημένα καὶ ἡ καθ' ἓν ὁτιοῦν μέρος, ἢ τὸ σῶμα τοῦ ζώου σύμπαν, ἢ ἐξ ἐγκαύσεως ἡλίου, ἢ παρὰ πυρὶ θάλψεως ὑπολειπομένη συνίσταται διάθεσις, οἷαι καὶ αἱ τυφώδεις καὶ πυρετώδεις ὀνομαζόμεναι. τοῦ δὲ ἐναντίου τῷ θερμῷ νοσήματος τοῦ ψυχροῦ περὶ μὲν τοῖς ἄκροις ἐναργῶς ἡ διάθεσις συνίσταται πολλάκις οὕτως, ὥστε καὶ ἀποπεσεῖν αὐτὰ νεκρωθέντα, περὶ δὲ τῷ σύμπαντι σώματι, οἷα τοῖς ὁδοιπορήσασιν ἐν κρύει καρτερῷ γίνεται. πολλοὶ γὰρ τούτων, οἱ μὲν ἐν αὐταῖς ταῖς ὁδοῖς ἀπέθανον, οἱ δὲ εἰς πανδοχεῖον, πρὶν ἢ οἴκαδε παραγενέσθαι φθάσαντες, ἡμιθνῆτές τε καὶ κατεψυγμένοι φαίνονται. γίγνεται δὲ καὶ τοῖς ἀποπληκτικοῖς, καὶ τοῖς ἐπιληπτικοῖς, καὶ τοῖς τρομώδεσι, καὶ τοῖς σπασμώδεσιν ἡ τοιαύτη πολλάκις διάθεσις. καὶ τῶν ὑπὸ κρύους ἐν ὁδοῖς ἀποθανόντων οἱ μὲν ἐμπροσθοτόνοις, οἱ δὲ ὀπισθοτόνοις, οἱ δὲ τετάνοις, οἱ δὲ ταῖς καλουμέναις πήξεσιν ἑάλωσαν, οἱ δὲ ἀποπληξίᾳ τι παραπλήσιον ἔπαθον. ἐν δὴ τοῖς τοιούτοις ἅπασιν, ἐν οἷς

da morborum erit differentia. Ex prima vero omnes nunc commemorati fcaturiunt, quique vel in una quacunque parte, vel in univerfo animalis corpore, aut ab aeftu folis, aut ignis calore remanens conftituitur affectus; quales funt et qui typhodes et febriles nominantur. Morbi vero frigidi calido oppofiti affectus extremas partes manifefto adeo plerumque obfidet, ut ipfae emortuae decidant. At hujusmodi affectus in univerfo corpore iis oboritur, qui fub vehementi frigore iter fecerint. Eorum enim plerique in ipfo itinere mortem obierunt; plerique etiam, priusquam domum appuliffent, diverforium affequuti, femimortui et congelidi fub confpectum veniunt. Talis affectus apoplecticis, epilepticis, tremulis et convulfis multoties accidit. Porro eorum, qui per iter frigore mortem occubuerunt, alii emprofthotono, alii opifthotono, alii tetano, alii congelatione vocata correpti obriguerunt, alii quid apoplexiae fimile perpeffi funt. His in omnibus fane, quibus aliquod fymptoma fu-

ἐπιγίγνεταί τι σύμπτωμα, περιέλκει τὴν διάνοιαν τῶν πολλῶν ἐφ᾽ αὐτὸ, ὡς τὸ μὲν σύμπτωμα νόσημα νομίζεσθαι, τὸ νόσημα δ᾽ αὐτὸ τὴν αἰτίαν τοῦ συμπτώματος. ὅσοις μέντοι τῶν ἐνεργειῶν αἱ βλάβαι νοσήματα νομίζονται, κατὰ λόγον οὗτοι καὶ τοὺς σπασμοὺς, καὶ τὰς ἀναισθησίας, καὶ τὰς νάρκας, καὶ τὰ ἄλλα τὰ τοιαῦτα νοσήματα καλοῦσιν. ἀλλ᾽ ἡμῖν ἐν ἀρχῇ διῄρηται περὶ τῶν ὀνομάτων, ὥστε γνωρίζειν ἐπὶ τῶν τοιούτων ἁπάντων, οὐκ ἐν τοῖς πράγμασιν αὐτοῖς εἶναι τὴν διαφωνίαν, ἀλλὰ ἐν τοῖς ὀνόμασιν. ἐκείνους μέντοι μέμψαιτ᾽ ἄν τις μόνους, ὅσοι μὴ διαφυλάττουσιν ἐν ἅπασι τὴν σφετέραν ὑπόθεσιν, ἀλλ᾽ οἴονται σοφόν τι πράττειν, καίτοι γε πλημμελοῦντες. ἔστι γὰρ αὐτῶν ἀκοῦσαι διοριζομένων ἐνίοτε καὶ φασκόντων, εἰ μὲν ἐπὶ φλεγμονῇ γίγνοιτο σπασμὸς, ἐπιγέννημά τε καὶ σύμπτωμα εἶναι τῆς φλεγμονῆς αὐτὸν, εἰ δ᾽ ἐπὶ δυσκρασίᾳ μόνῃ, νόσημα. ταὐτὸ δὴ τοῦτο καὶ ἐπὶ πυρετοῦ ποιοῦσιν, ἐπειδὰν μὲν ἐπιγίγνηταί τινος μέρους αἰσθητὴ διάθεσις, σύμπτωμα νομίζοντες, εἰ δ᾽ ἄλλως, νόσημά τε καὶ πάθος προσαγορεύοντες. τούτους μὲν οὖν μεμπτέον,

pervenit, id multorum fententiam huc usque diftrahit, ut fymptoma morbum, morbum ipfum fymptomatis caufam effe exiftiment. Quibus namque functionum laefiones morbi effe videntur, hi rationis examine et convulfiones et ftupores et torpores et hujusmodi caetera morbos vocitant. Verum nos initio de nominibus ita differuimus, ut his omnibus innotefcat, non de rebus ipfis, fed de nominibus effe diffidium. Illos fiquidem folos aliquis arguet, qui fuum in omnibus propofitum fervant; fed quanquam aberrant, fapienter tamen aliquid facere videntur. Eos enim audire licet, quum interdum diftinguunt et afferunt, fi phlegmonae convulfio fuperveniat, ipfam convulfionem phlegmones et confectariam propaginem effe et fymptoma, fi vero foli intemperiei fuccedat, morbum. Idem quoque de febre ftatuunt: eam fiquidem fymptoma effe ducunt, quum alicujus partis fenfibilis affectus fupervenit; fi vero aliter, et morbum et affectionem appellant. Hi fane improbandi funt, qui, quum ab

οὐκ ἀναμένοντας τὸν ἔξωθεν ἔλεγχον, ἀλλ᾽ αὐτοὺς ἑαυτοῖς περιπίπτοντας. ὅσοι δ᾽ ἤτοι τὰς βλάβας τῶν ἐνεργειῶν ὑποθέμενοι προσαγορεύειν νοσήματα διὰ παντὸς οὕτω ποιοῦσιν, ἢ καί τι τοιοῦτον ἄλλο παρορῶσιν, ἐν ὀνόμασιν ἐσφάλθαι χρὴ νομίζειν αὐτοὺς, οὐδὲν δὲ εἰς τὰ πράγματα πλημμελεῖν. εἴρηται δ᾽ ἐπὶ πλέον ὑπὲρ ἁπάντων τῶν ἰατρικῶν ὀνομάτων ἑτέρωθι, καὶ ὅστις ὀρθῶς αὐτοῖς βούλεται χρῆσθαι, τὴν πραγματείαν ἐκείνην ἀναλεγέσθω. νῦν δὲ (περὶ γὰρ αὐτῶν τῶν πραγμάτων πρόκειται σκοπεῖσθαι) τῇ προειρημένῃ συνθήκῃ τῶν ὀνομάτων ἑπόμενοι τῶν ἐφεξῆς ἐχώμεθα. περὶ μὲν δὴ τῶν χωρὶς ὕλης ἐπιῤῥύτου θερμῶν καὶ ψυχρῶν διαθέσεων εἴρηται. κατὰ δὲ τὸν αὐτὸν τρόπον τά θ᾽ ὑγρὰ καὶ ξηρὰ νοσήματα γενήσεται, τῆς ὅλης φύσεως ἀλλοιουμένης τῶν σωμάτων, οὐκ ἔξωθεν οὐσίαν τινὰ εἰς ἑαυτὰ δεχομένων. αἱ μὲν οὖν μικραὶ παραλλαγαὶ δυσφώρατοι, τὰς μεγάλας δ᾽ ἔστιν ἐναργῶς ἰδεῖν ἐπὶ τῶν νεκρουμένων [7] μάλιστα μορίων. ἔνια μὲν γὰρ αὐτῶν οἷον τεταριχευμένα φαίνεται καὶ

externis reprehenfionem non expectent, ipfi tamen in fe ipfos pugnantes decidunt. Qui vero vel functionum laefiones morbos vocari fupponentes perpetuo ita ftatuunt, vel quid aliud ejusmodi negligunt, eos in nominibus errare, non autem in rebus ipfis peccare, exiftimandum eft. At omnia nomina ad medicam artem fpectantia alibi fufius explicata funt: et quicunque recte his uti velit, tractatum illum perlegat. Nunc vero quia res ipfas speculari propofitum eft, praedictum nominum inftitutum fequentes ea deinceps aggrediamur. Equidem de calidis et frigidis citra materiam affluentem affectibus a nobis dictum eft. Eodemque modo tum humidi, tum ficci oborientur morbi, quum tota corporum haud aliquam materiam extrinfecus in fefe recipientium natura alteratur. Exiguae itaque alterationes difficillime deprehenduntur, magnas vero confpicue licet cognofcere, praefertim in iis quae emoriuntur partibus. Etenim earum nonnullae veluti fale conditae et admodum

πάνυ ξηρὰ, καὶ τοῦτο μὲν σπανιώτερον· ἔνια δὲ οὕτω βρυώδη τε καὶ πλαδαρὰ καὶ θεωμένοις φαίνεται καὶ ἁπτομένοις, ὥστ᾽, εἰ καὶ μόρια αὐτῶν ἐθέλοις μεταχειρίσασθαι, διαῤῥεῖ παραχρῆμα, καὶ τῶν δακτύλων ἐκπίπτει καθάπερ ὕδωρ. οὕτω καὶ τῶν ὀστῶν τῶν σαπρῶν τὰ μὲν οἷον ψάμμος φαίνεται, τοῖς ὑπὸ χρόνου διεφθαρμένοις ξύλοις ἐοικότα, τὰ δὲ οἷον βρυώδη, ὧν ἡ τῆς δυσκρασίας ἀμετρία, δι᾽ ὑγρότητα ἢ ξηρότητα γενομένη, τὸ σύμπαν ὀστοῦν ἐνέκρωσεν. αἱ δ᾽ ἄλλαι πᾶσαι δυσκρασίαι τῶν μορίων αἱ βραχεῖαι, λανθάνουσαι τοὺς πολλοὺς, ἀτονίαι πρὸς αὐτῶν ὀνομάζονται. φλεγμονῆς μὲν γὰρ ἢ ἕλκους ἤ τινος ἄλλου τοιούτου κατὰ τὴν κοιλίαν ὑπάρχοντος, οὐδεμίαν ἑτέραν ἐπιζητοῦσι τοῦ μὴ πέττειν αἰτίαν. εἰ δὲ μηδὲν εἴη τῶν τοιούτων, ἀτονίαν εἶναι φασὶ τῆς κοιλίας, ὥσπερ ἕτερόν τι λέγοντες αὐτοῦ τοῦ φανερῶς γιγνομένου, τοῦ μὴ πέττεσθαι καλῶς τὰ σιτία. τί γὰρ ἄλλο τὴν ἀτονίαν αὐτοὺς λέγειν ἄν τις ὑπολάβοι πλὴν τῆς κατὰ τὴν ἐνέργειαν ἀῤῥωστίας;

arefactae confpiciuntur, idque rarius obtingit; quaedam vero adeo molles atque humidae tum confpicientibus tum tangentibus quamprimum innotefcunt, ut, fi earum partes manu tractare volueris, fubito ipfae defluant et more *fluentis* aquae e digitis excidant. Sic et offium putridorum quaedam velut arena confpiciuntur, lignis vetuftate corruptis fimilia; quaedam tanquam mufcofa, quorum intemperiei incommoderatio, ob humiditatem vel ficcitatem orta, totum os emortuum reddidit. Caeterae vero omnes partium intemperies exiles multos latent, quae ab ipfis imbecillitates nominantur. Quum enim phlegmone vel ulcus aut ejusmodi alius affectus ventriculo infidet, nullam aliam exquirunt laefae coctionis caufam. Si vero talium *morborum* nullus fuerit, ventriculi imbecillitatem effe dicunt, tanquam quid aliud protulerint ab eo, quod manifeftum eft, puta cibos non probe concoqui. Quid enim aliud imbecillitatem eos dicere conjiciendum praeterquam in actione roboris pe-

ἀλλ᾽ οὐ τοῦτ᾽ ἔστι τὸ ζητούμενον, ἀλλὰ τίς ἡ ταύτης τῆς ἀτονίας αἰτία. διὰ τί γὰρ ἀῤῥωστεῖ περὶ τὸ ἴδιον ἔργον ἡ γαστὴρ, μήτε φλεγμαίνουσα, μήτε σκιῤῥουμένη, μήθ᾽ ἡλκωμένη, μήτ᾽ ἄλλο μηδὲν ἔχουσα τοιοῦτον; οὐ γὰρ δή γε χωρὶς αἰτίας τινὸς ἐστέρηται τοῦ πέττειν καλῶς. πάντως οὖν ἢ πόρων ἀμετρίαν ἢ δυσκρασίαν αἰτιατέον· ᾧ καὶ δῆλον, ὡς οὐδὲν τῶν πρώτων νοσημάτων, ὅσα τῶν ὁμοιομερῶν ἐστιν αὐτῶν ἴδια, λογικῶς θεραπεῦσαι δυνήσονται χωρὶς τοῦ περὶ τῶν πρώτων τι ἐπεσκέφθαι στοιχείων. ἀλλὰ πρὸς μὲν τούτους ἐν ἑτέροις εἴρηται τὰ εἰκότα· τὸ δέ γε νῦν εἶναι χρὴ γινώσκειν, ὡς καὶ γαστρὸς ἀτονίαν, καὶ φλεβὸς, καὶ ἀρτηρίας, καὶ μυὸς, καὶ παντὸς ἁπλῶς ὀργάνου ζωτικοῦ τε καὶ ψυχικοῦ ἢ διά τινα πόρων ἀμετρίαν ἢ δυσκρασίαν ἀναγκαῖον ὁμολογεῖν γίγνεσθαι. πῶς δὲ χρὴ τὰς τοιαύτας αὐτῶν διαθέσεις γνωρίζειν, οὐ τοῦ νῦν ἐνεστῶτός ἐστι λόγου· πρόκειται γὰρ οὐ διαγνώσεις εἰπεῖν, ἀλλ᾽ αὐτὰ τὰ πρῶτα καταριθμήσασθαι

nuriam? At id non eſt, quod quaeritur, ſed quae ſit hujusce imbecillitatis cauſa. Cur enim ventriculus in ſua functione imbecillius agat, quum neque phlegmone, neque ſcirrho, neque ulcere, neque quovis alio ejusmodi morbo afficiatur? Non enim illi profecto citra cauſam aliquam probe coquendi facultas erepta eſt. Itaque aut meatuum incommoderatio, aut intemperies cauſa plane dicenda eſt. Quo etiam manifeſte patet, nullum primorum morborum, qui partibus ſimilaribus proprie inſident, ratione curari poſſe, niſi primorum elementorum ſpeculatio acceſſerit. Verum adverſus eos aliis in *commentariis,* quae decebant, prodita ſunt. Id vero nunc ſcire oportet, ventriculi imbecillitatem, venae, arteriae, muſculi et cujuscunque ſimplicis organi tum vitalis tum animalis aut propter meatuum incommoderationem, aut propter intemperiem omnium conſenſu neceſſario oboriri. Quo pacto vero tales eorum affectus dignoſcendi ſint, non eſt praeſentis orationis. Non enim *morborum* dignotiones, ſed ipſos morbos enumerare mihi propoſitum eſt.

νοσήματα. καί μοι δοκεῖ τὰ μὲν τῶν ὁμοιομερῶν εἰρῆσθαι πάντα.

Κεφ. στ'. Λέγειν δὲ ἑπόμενον ἂν εἴη τὰ τῶν ὀργανικῶν. ἐν τούτοις οὖν ὅτι μὲν ἕν τι πάντως ἐστὶ μόριον αἴτιον τῆς ἐνεργείας, τὰ δ' ἄλλα πάντα χρείαν τινὰ τούτῳ παρέξοντα γέγονεν, ἑτέρωθι δέδεικται. βλαβήσεται δὲ ἡ ἐνέργεια τοῦ παντὸς ὀργάνου μάλιστα μὲν καὶ πρώτως αὐτοῦ τοῦ τῆς ἐνεργείας αἰτίου σώματος νοσήσαντος, ἤδη δὲ καὶ τῶν ἄλλων ἁπάντων αἱ μείζους διαθέσεις ἐμποδίζουσι τὴν ἐνέργειαν. ὅσαι μὲν οὖν οὐ καθ' ἑαυτὰς, ἀλλὰ τῷ βλάπτειν δὴ τὸ πρῶτον αὐτῆς ὄργανον ἐμποδίζουσιν, αἰτίαι νοσημάτων εἰσὶν, οὐκ αὐταὶ νοσήματα εἰσίν. χωρὶς δὲ τοῦ βλάπτειν τι τὸ πρῶτον τῆς ἐνεργείας μόριον εἰ τὴν ἐνέργειαν ἐμποδίζειν δύναιντο, νοσήματα ἤδη τὰς τοιαύτας διαθέσεις κλητέον. ἔσονται δὲ, ὡς ἐλέγομεν, ἤτοι τῆς κατὰ φύσιν ὑπηλλαγμένης διαπλάσεως, ἢ μὴ σωζομένου τοῦ δέοντος ἀριθμοῦ τῶν μορίων,

Atque mihi videor univerfos partium fimilarium morbos explicaffe.

Cap. VI. Qui vero fint partium organicarum *morbi,* confequens eft dicere. In his igitur *organis* unam quandam omnino effe *partem* actionis caufam, huicque ceteras omnes ad ufum aliquem praeftandum creatas fuiffe, alio in opere demonftratum eft. Laedetur autem totius organi functio tum maxime ac primum, quum ipfa pars actionis caufa aegrotaverit; jam vero etiam ceterarum partium majores affectus actionem interturbant. Quicunque igitur *affectus* non per fe, fed laedendo primum functionis organum actionem interturbant, hi morborum caufae, non ipfi morbi funt. Si vero non laedendo aliquam primum functionis partem *functionem* interturbare queant, morbi jam ejusmodi affectus vocandi funt. Oborientur autem, ut diximus, vel quum ea quae fecundum naturam eft conformatio permutata eft, vel quum falvus non extat decens partium numerus,

[8] ἢ τὸ μὴ προσῆκον ἑκάστου φυλάττοντος μέγεθος (202) ἢ ὡς οὐ χρὴ συγκειμένων αὐτῶν. ἐπειδὴ γὰρ ἀπεδείχθη μηδὲν τούτων εἰκῆ γεγονέναι πρὸς τῆς φύσεως, ἀλλὰ πάνθ' ἕνεκα τοῦ βέλτιον ἢ ἀσφαλέστερον ἐνεργεῖν τὸ σύμπαν ὄργανον, ἀνάγκη πᾶσα καὶ τὰς βλάβας αὐτῶν, ὅσαι μὲν ἤτοι κωλύουσιν ὅλως ἐνεργεῖν ἢ ἐμποδίζουσιν αὐτὰ, νοσήματα νομίζεσθαι, τὰς δ' εἰς τὴν βλάβην τοῦ πρώτου τῆς ἐνεργείας μορίου διαφερούσας αἰτίας νοσημάτων, ὡς ἀρτίως εἴρηται, προσαγορεύεσθαι.

Κεφ. ζ. Διὰ τοῦτ' οὖν οἵ τε βλαισοὶ καὶ ῥαιβοὶ καὶ οἱ λείας ἔχοντες τὰς βάσεις χεῖρον ἐνεργοῦσι τοῖς σκέλεσιν ἁμαρτίᾳ τοῦ προσήκοντος σχήματος. οὕτω δὲ καὶ ὅσοι κάταγμα σχόντες οὐκ ὀρθῶς διεπλάσθησαν, οὐδ' αὐτοὶ καλῶς ἐνεργοῦσι τῷ κώλῳ. κακῶς δὲ καὶ ὅσοι διὰ μέγεθος ἀρθρίτιδος ἐξεστράφησαν, ἢ, τῶν ὀφρύων περιθραυσθεισῶν τῶν κατὰ τὰς διαρθρώσεις, ἑτοίμως ὑπερβαῖνον καὶ ἐκπῖπτον ἔσχον τὸ ἄρθρον, ἢ, πώρου κατ'

vel non idonea cujusque partis magnitudo ſervatur, vel non quo oporteat ſitu ipſae *partes* ſimul poſitae ſunt. Quandoquidem enim demonſtratum eſt, earum partium nullam a natura temere procreatam fuiſſe, ſed omnes, ut melius vel tutius quodcunque functionem obiret organum, neceſſe omnino eſt et earum laeſiones, quae vel penitus actionem edi prohibent, vel ipſas *partes* interturbant, morbos exiſtimari; quae vero ad primae functionis partis laeſionem conferunt, eas morborum cauſas, ut nuper dictum eſt, appellari.

Cap. VII. Quamobrem et vatii et vari, et qui planci planas pedum habent plantas, deteriorem crurum actionem moliuntur ob decentis figurae ametriam. Ita vero, quibus fractura laeſis conformatio reſtituta non eſt, non recte ipſi affecto membro actiones edunt. Male quoque actionibus funguntur, quibus ob arthritidis vehementiam luxatio oborta eſt, aut, perfracto juxta dearticulationem ſupercilio, prompte articulus ad ſuperiorem partem exilit ac excidit, aut quum

αὐτὸ πλείονος ἐπιτραφέντος ἐν ταῖς τοιαύταις διαθέσεσι, δυσκίνητον ὑπὸ στενοχωρίας τὴν ὅλην ἔσχον διάρθρωσιν. αὗται μὲν οὖν ἐπίκτητοι κακίαι σχημάτων. σύμφυτοι δὲ κυουμένων ἔτι κατὰ τὴν πρώτην διάπλασιν ἐμποδισθεῖσαν ἐν ἅπαντι μορίῳ τοῦ σώματος γίγνονται, νοσῶδες ἐκείνῳ τῷ μορίῳ τὸ ζῶον ἐργαζόμεναι. χρὴ γὰρ καὶ τὸ τῆς καρδίας σχῆμα, καὶ τὸ τοῦ πνεύμονος, καὶ τὸ τῆς γαστρὸς, ἐγκεφάλου τε καὶ γλώσσης, καὶ σπληνὸς, καὶ νεφρῶν, καὶ τῶν ἄλλων ἁπάντων φυλάττεσθαι· γενομένης γάρ τινος βλάβης ἀμφ᾽ αὐτὰ, χεῖρον ἀνάγκη καὶ τὸ οἰκεῖον ἔργον ἀποτελεῖσθαι τοῦ σύμπαντος ὀργάνου. καὶ μὴν καὶ τὸ τῶν κοιλοτήτων ἁπασῶν τῶν κατὰ τὰ μόρια μέγεθός τε καὶ πλῆθος εἰ μὴ φυλάττοιτο, βλάπτοιτο ἂν ἐξ ἀνάγκης καὶ διὰ ταῦθ᾽ ἡ ἐνέργεια. πολλὰ δὲ τὰ τοιαῦτα νοσήματα, τὰ μὲν συμφύσει τινὶ, τὰ δὲ ἐμφράξει γλίσχρων ὑγρῶν καὶ παχέων συνιστάμενα, τὰ δ᾽ αὖ αὐαινομένων τῶν σωμάτων, ἢ στενοχωρουμένων ὑπό τινος τῶν περικειμένων, ἐμπίπτοντος αὐτοῖς καὶ θλίβοντος. ἐνίοτε

callus in articulo fupra modum excrevit in ejusmodi affectibus, tota dearticulatio ob fpatii anguftiam ad motum inepta eft. Haec itaque afcititia funt figurarum vitia. Congenita vero incurrunt in utero foetus, quae, prima conformatione interturbata, in omni corporis parte nafcuntur et aegrotum illa parte animal efficiunt. Oportet enim et cordis et pulmonis et ventriculi et cerebri et linguae et lienis et renum caeterarumque omnium partium figuram fervari. Si namque earum alicui laefio oboriatur, propriam quoque totius organi functionem deteriorem perfici neceffe eft. Et vero, nifi etiam cavitatum quae partibus infunt omnium tum magnitudo tum numerus fervetur, eas ob res neceffario laedetur actio. Multi autem hujusmodi morbi funt, *quorum* nonnulli coalitu quodam, nonnulli lentorum ac crafforum humorum obftructione confiftunt, alii etiam exarefcentibus corporibus, aut aliqua vicinarum partium ipfis incidente aut comprimente coarctatis oboriuntur. Interdum vero et

Ed. Chart. VII. [8.] Ed. Baſ. III. (202.)

δὲ καὶ αὐτῶν τῶν τοὺς τοιούτους πόρους ἐχόντων σωμάτων ἡ οὐσία σκιῤῥουμένη τε καὶ φλεγμαίνουσα, καὶ σφακελίζουσα, καὶ διαπυϊσκομένη, καὶ οἰδισκομένη, καὶ ἄλλως ὁπωσοῦν ἐπίκτητον μέγεθος προσλαμβάνουσα, κἄπειτα τὸν ὄγκον εἰς τὰς ἐντὸς ἀποχέουσα κοιλότητας, ἐμφράττει τοὺς πόρους, ἑτέρους ὄντας τούτους ἐκείνων τῶν πόρων, ὧν οἱ τῆς προτέρας αἱρέσεως ἡγεμόνες ὑπετίθεντο κατὰ τὴν τῶν πρώτων καὶ ἀπαθῶν στοιχείων σύνοδον γίνεσθαι. τοὺς γὰρ τῶν ἐντέρων, καὶ φλεβῶν, καὶ ἀρτηριῶν, καὶ πάντων τῶν τοιούτων ὀργάνων πόρους, τούτους δὴ τοὺς μεγάλους τε καὶ σαφεῖς ἅπαντες ἐναργῶς ὁρῶμεν. εἰ δὲ καὶ διαλανθάνοι ποτὲ τὴν αἴσθησιν ὑπὸ σμικρότητος ὁ τοιοῦτος πόρος, οὐδ' οὗτος ἐκ ταὐτοῦ γένους ἐστὶν ἐκείνοις τοῖς πόροις, οὓς ἡ προτέρα τῶν αἱρέσεων ὑπετίθετο. κατὰ δὴ τὰς τοιαύτας ἁπάσας διαθέσεις, ἐν αἷς, τῶν σωμάτων αὐτῶν εἰς ὄγκον τινὰ ἀρθέντων, ἀποκλείεσθαί τε καὶ στενοχωρεῖσθαι τοὺς πόρους συμβαίνει, ποτὲ μὲν ἓν ἔσται νόσημα μόνον, ἡ ἔμφραξις ἡ τὴν ἐνέργειαν βλάπτουσα, ποτὲ δὲ καὶ τοῦτο μὲν, ἀλλὰ καὶ ἡ τῶν

ipſorum corporum ejusmodi meatus continentium ſubſtantia, aut ſcirrhum, aut phlegmonen, aut ſphacelum, aut ſuppuratum, aut oedema, aut alio quocunque modo extraneam magnitudinem adepta, ac deinceps tumorem ad interiores cavitates reſundens, meatus obſtruit, qui ab illis meatibus plurimum differunt, quos prioris ſectae principes ex primorum atque impatibilium elementorum concurſu fieri ſuppoſuerunt. Nam inteſtinorum, arteriarum atque omnium hujusmodi organorum meatus, hos inquam, magnos ac perſpicuos, omnes manifeſte cernimus. Quod ſi ejusmodi meatus ob parvitatem ſenſum effugiat, non is ex eodem genere cum illis meatibus exiſtit, quos ſectarum prior ſuppoſuit. In ejusmodi omnibus affectibus, in quibus corporum ipſorum in aliquem tumorem ſublatorum meatus tum obſtrui, tum coarctari contingit, nonnunquam unus duntaxat eſt morbus, obſtructio actionem laedens, nonnunquam et hic,

σωμάτων διάθεσις ἡ τὴν ἔμφραξιν ἐργασαμένη. [9] μηδεμίαν οὖν ἔχοντος ἰδίαν ἐνέργειαν τοῦ τὸν ὄγκον κεκτημένου σώματος, ἓν μὲν τὸ νόσημα ἔσται τὸ κατὰ τὴν ἔμφραξιν, αἰτία δὲ αὐτοῦ καὶ οὐκ ἔτι νόσημά ἐστιν ἡ τοῦ τὸν ὄγκον ἔχοντος σώματος διάθεσις. εἰ μὲν γὰρ ὁ χιτὼν τῆς ἐν τοῖς σιμοῖς τοῦ ἥπατος, εἰ τύχοι, φλεβὸς ὁτιοῦν τοιοῦτον παθὼν ἐστεγνώθη τὸν πόρον, ἐξ οὗ μεταλαμβάνει τὸ αἷμα τὰ ἐν τοῖς κυρτοῖς τοῦ ἥπατος ἀγγεῖα, δύο ἂν οὕτως εἴη νοσήματα, τό τε τῆς φλεβὸς αὐτῆς, ὃ πέπονθε, καὶ ἡ κατὰ τὸν πόρον ἔμφραξις. ἐμποδίζει γοῦν ἡ μὲν τῆς φλεβὸς διάθεσις αἵματος χρηστοῦ γένεσιν, ἡ δὲ ἔμφραξις ἀνάδοσιν· ἐνέργεια δ᾽ ἑκατέρου τούτων ἀναγκαία τῷ ζώῳ. δῆλον γὰρ, ὡς αἱ διαθέσεις αἱ βλάπτουσαι τὰς ἐνεργείας πρώτως αὗται λέγοιντ᾽ ἂν εἶναι νοσήματα. τῆς μέντοι φλεβὸς αὐτῆς μηδὲν πεπονθυίας, εἰ διὰ γλίσχρους τινὰς ἢ παχεῖς χυμοὺς σφηνωθέντας ἐν τοῖς πόροις ἡ ἀνάδοσις βλάπτοιτο, μόνον ἂν τοῦτ᾽ εἴη νόσημα κατὰ τὸ σπλάγχνον ἡ ἔμφραξις. οὕτω δὲ καὶ κατὰ τὸ ἔντερον εἰ μὲν ἔμφραξις εἴη μόνον, ἓν ἔσται καὶ τὸ νόσημα· φλεγμαίνοντος

et alius corporum affectus obftructionem efficiens. Quum itaque corpus tumore vexatum nullam propriam functionem fortiatur, unus quidem erit morbus in obftructione, ejus vero caufa non etiamnum morbus eft, corporis tumorem habentis affectus. Si enim tunica (fi fors tulerit) venae in jecoris concavis pofitae quocunque ejusmodi morbo affecta meatum coarctaverit, quo convexarum hepatis partium vafa fanguinem affumunt, ita erunt morbi, alter ipfius venae, quae afficitur, alter meatus obftructio. Interturbat autem affectus venae probi fanguinis generationem, obftructio vero diftributionem. Utraque horum functio animali neceffaria eft. Patet enim, eos affectus, qui functiones primo laedunt, morbos effe dicendos. Ipfa quidem vena nullo morbo affecta, fi ob lentos quosdam et craffos humores meatibus impactos diftributio impediatur, hic unicus vifceris morbus erit obftructio. Sic etiam in inteftino fi obftructio fola fuerit, unus erit morbus; at fi ipfum phlegmone la-

δὲ αὐτοῦ καὶ διὰ τοῦτο ἀποκλείοντος τὴν ἐντὸς εὐρυχωρίαν καὶ κωλύοντος ἰέναι κάτω τὰ περιττώματα, δύο ἂν εἴη καὶ τὰ νοσήματα. πολλάκις μὲν γὰρ ὑπὸ νοσήματος γίγνεται νόσημα, καθάπερ ἐπί τε τῶν προειρημένων ἔχει, κἀπειδὰν ἐπὶ φλεγμοναῖς, ἢ ἐρυσιπέλασιν, ἢ ἕρπησιν, ἢ ἄνθραξιν, ἤ τινι τοιούτῳ ἐπιγένηται πυρετός. ἐνίοτε δὲ τὸ μὲν ἀποτελούμενον ἐνεργείας ἐστὶ βλάβη, καὶ χρὴ καλεῖν αὐτὸ πάθημά τε καὶ σύμπτωμα, τὸ δ' αἴτιον αὐτοῦ δηλονότι νόσημα, καθάπερ ἡ μὲν ἔμφραξις τοῦ μηκέτι ἀναδίδοσθαι τὴν τροφὴν, ἡ κατάψυξις δὲ τῆς δυσαισθησίας αἴτιον ὑπάρχει, νόσημα οὖσα συμπτώματος. ὅταν δ' αὐτὴ μὲν ἡ διάθεσις ἐνέργειαν βλάπτῃ πρώτως, τὸ δ' αἴτιον αὐτῆς μὴ βλάπτῃ πρώτως, τὴν μὲν διάθεσιν νόσημα, τὸ δ' ἐργαζόμενον αὐτὴν αἰτίαν ὀνομάζειν χρὴ νοσήματος, ὥσπερ ἐπί τε τῶν γλίσχρων ἔχει χυμῶν καὶ τῆς ἐμφράξεως· αὐτὴ μὲν γὰρ ἡ ἔμφραξις τὸ νόσημά ἐστιν, οἱ χυμοὶ δὲ αἴτιοι τοῦ νοσήματος. ἅπαντ' οὖν ὅσα περὶ τὰς κοιλότητας γίνεται νοσήματα, ποτὲ μὲν ἐμφραττομένων,

boret, ob idque interius ſpatium occludat ac deorſum ire excrementa prohibeat, duo erunt quoque morbi. Multoties enim ab uno morbo morbus oritur, quemadmodum in praedictis *ſe res* habet, quandoquidem inflammationibus, eryſipelatis, herpetibus, carbunculis, vel quibusdam ejusmodi morbis febris ſuboritur. Nonnunquam vero, quod efficitur, functionis eſt laeſio, ipſumque oportet tum pathema, tum ſymptoma nominare, ipſius autem cauſam videlicet morbum; qualis obſtructio cauſa eſt, ne amplius alimentum diſtribuatur, et refrigeratio obtuſioris ſenſus cauſa eſt, quae ſymptomatis morbus eſt. Quum autem ipſe affectus functionem primo laedat, et ipſius cauſa primo non laedat, affectum quidem morbum, quod vero ipſum efficit, cauſam morbi nominare oportet, quemadmodum in lentis humoribus et obſtructione ſe res habet; ipſa namque obſtructio morbus eſt, humores vero morbi cauſae. Quicunque igitur morbi cavitatibus obveniunt, quum *hae* interdum obſtruun-

ποτὲ δὲ ἀμέτρως εὐρυνομένων, ὑπὸ τὸ τῆς διαπλάσεως τοῦ μέρους ἀναχθήσεται γένος· ἐμποδίζεται γάρ πως ἐν τούτοις ἅπασιν ἡ φυσικὴ διάπλασις. ἀλλὰ μὲν δὴ καὶ λειότης καὶ τραχύτης οὐδ᾽ αὗται ματαίως ὑπὸ τῆς φύσεως ἐγένοντο διαπλαττούσης τὰ μόρια. συστήσεται γοῦν κἀνταῦθα νοσήματα κατὰ πάντα τὰ μόρια, τοῦ μὲν φύσει λείου τραχυνθέντος, τοῦ δ᾽ αὖ τραχέος λείου γενομένου. φανερώτατα δ᾽ αὐτῶν τοῖς ἰατροῖς ἐστι τά τ᾽ ἐν τοῖς ὀστοῖς γινόμενα τραχυνομένοις τε καὶ λειαινομένοις, αἵ τε τῆς φάρυγγος τραχύτητες ἐργαζόμεναι βῆχας. χρὴ δὲ κἀνταῦθα γινώσκειν, ὡς ἐνίοτε τὸ σχῆμα τοῦ μορίου βλαβὲν ἐκάκωσεν ἅμα ἑαυτῷ τινα πόρον, οἷόν τι κἀπὶ τῆς ῥινὸς φαίνεται γιγνόμενον, ἐπειδὰν ὑπὸ πληγῆς βιαίου ποτὲ σιμωθεῖσα στεγνωθῇ τὸν ἐντὸς πόρον εἰς τοσοῦτον, ὡς ἤτοι μηδ᾽ ὅλως ἢ μόγις ἀναπνεῖν δι᾽ αὐτοῦ. δῆλον οὖν, ὡς ἐν ταῖς τοιαύταις διαθέσεσιν ἡ μὲν στενοχωρία τοῦ πόρου τὸ νόσημά ἐστι, (πρώτως γὰρ αὕτη τὴν τῆς ἀναπνοῆς ἐνέργειαν ἐμποδίζει,) προηγουμένη δ᾽ αὐτῆς αἰτία τῆς ῥινὸς ἡ σιμότης, βλάβη τοῦ κατὰ φύσιν ἐν αὐτῇ σχήματος

tur, interdum incommoderate dilatantur, ad conformationis partium genus reducentur. In his fiquidem omnibus naturalis aliquo modo conformatio impeditur. At certe laevitas et afperitas non ipfae a natura partes conformante fruftra conditae funt. Hic itaque in omnibus partibus morbi confiftent, quum pars natura laevis afperatur et afpera laevigatur. Eorum evidentiffima funt medicis, quae et afperatis et laevigatis offibus accidunt, et quae faucium afperitates tuffes excitant. Hic praeterea agnofcendum eft, interdum figuram partis oblaefam fimul per fe aliquem meatum oblaedere. Quod exempli gratia nafo oboriri confpicitur, qui quum ab ictu violento nonnunquam fimus factus fit, tantopere meatum coarctavit, ut vel nullo modo, vel aegre per ipfum refpiret. Conftat igitur, in hujusmodi affectibus meatus anguftiam morbum effe. Primum enim ipfa refpirandi actionem interturbat; praecedens vero ipfius caufa nafi fimitas, quae naturalis ipfius figurae laefio eft.

ὑπάρχουσα. κατὰ μὲν δὴ τὸ τῆς διαπλάσεως γένος τὸ ἐξιστάμενον τοῦ κατὰ φύσιν εἰς τοσοῦτον, ὡς ἐνέργειαν ἤδη βλάπτειν, αἱ προειρημέναι διαφοραὶ τῶν νοσημάτων γενήσονται.

Κεφ. η΄. [10] Κατὰ δὲ τὸν ἀριθμὸν τῶν ἁπλῶν μορίων, ἐξ ὧν ἕκαστον τῶν ὀργάνων συνίσταται, διτταὶ μὲν αἱ πρῶται διαφοραὶ τῶν νοσημάτων γενήσονται, ἢ ἐλλείποντός τινος μέρους, ἢ περιττεύοντος· ἐν ἑκατέρᾳ δ᾽ αὐτῶν ἕτεραι. τῶν μὲν γὰρ περιττευόντων τὰ μὲν ἐκ τοῦ γένους ἐστὶ τῶν κατὰ φύσιν, ὡς εἰ καί τῳ (203) γένοιτο ἕκτος δάκτυλος, ἢ ἐν ὀφθαλμῷ πτερύγιον, ἢ ἐν ῥινὶ βλάστημα σαρκὸς, ἢ κατ᾽ ἄλλον τινὰ πόρον ὁτιοῦν τοιοῦτον ἕτερον. ἔσται δὴ καὶ τούτων αὐτῶν τὰ μὲν νοσήματα, καθάπερ τὸ πτερύγιον, (ἐμποδίζει γὰρ, ὅταν ἱκανῶς αὐξηθῇ, τὴν ὄψιν, ἐπισκοτοῦν τῇ κόρῃ,) τὰ δ᾽ αἴτια τῶν νοσημάτων, ὡς τα βλαστήματα τοὺς πόρους ἐμφράττοντα· πρώτως γὰρ νόσημα ἡ ἔμφραξίς ἐστιν, ὅτι καὶ πρώτως βλάπτει τὴν ἐνέργειαν. ἔνια δ᾽ ὅλῳ

In genere igitur conſormationis, quod a naturali *ſtructura* deceſſit, ut jam actionem laedat, praedictae morborum differentiae ſuborientur.

Cap. VIII. In numero partium ſimplicium, ex quibus unumquodque conſtruitur organum, duplices erunt primae morborum differentiae, aut quum aliqua pars deficit, aut exuperat. In earum utraque aliae *deprehenduntur* differentiae. Ex his, quae exuperant, quaedam ex genere eorum ſunt, quae ſecundum naturam dicuntur, ut ſi cui ſextus naſcatur digitus, aut in oculo pterygium, aut in nare carnis ſurculus, aut in alio quopiam meatu quodvis aliud tale genus. Et vero eorum ipſorum nonnulla quidem erunt morbi, veluti pterygium; quum enim vehementer auctum eſt, pupillam obtenebrando viſum interturbat; nonnulla vero morborum cauſae, ut carnis ſurculi, qui meatus obſtruunt; primum enim morbus obſtructio eſt, quia primo actionem laedit. Quaedam toto genere praeter naturam

τῷ γένει παρὰ φύσιν ἐστὶν, ὡς ἕλμινθές τε καὶ ἀσκαρίδες, καὶ ὁ ἐν τῇ κύστει λίθος, καὶ τὸ χαλάζιον ἐν ὀφθαλμῷ, καὶ τὸ ὑπόχυμα, καὶ τὸ πύον, ἀκροχορδόνες τε καὶ μελικηρίδες καὶ ἀθερώματα καὶ στεατώματα, καὶ ἄλφοι, καὶ λέπραι, καὶ λεῦκαι, καὶ πῶροι, καὶ τὰ ἐν τοῖς ἀποστήμασιν εὑρισκόμενα ἅπαντα. ὅτι δὲ καὶ τούτων ὅσα μὲν ἐνέργειαν ἐμποδίζει πρώτως, νοσήματα ἐροῦμεν, ὥσπερ τὸ ὑπόχυμα, τὰ δὲ μὴ τοιαῦτα νοσημάτων αἴτια, πρόδηλον παντί. τῶν δ᾽ ἐλλειπόντων μορίων τὰ μὲν ὅλα τελέως ἀπόλωλε, τὰ δὲ οἷον ἐξ ἡμίσεως ἀποκέκοπταί τε καὶ κεκολόβωται. κατὰ μὲν δὴ τὴν πρώτην γένεσιν ὡς πάμπολλα γίγνεται τοιαῦτα, πρόδηλον παντί. μετὰ δὲ τὴν ἀποκύησιν ἐξαιρεῖται μὲν ὅλα πολλάκις ὀστᾶ κατά τε τοὺς δακτύλους καὶ τὰ κῶλα καὶ τὴν κεφαλὴν καὶ τὰς πλευράς· ἀφαιρεῖται δὲ καὶ δάκτυλος ἐνίοτε καὶ ποὺς καὶ ἄκρα χεὶρ καὶ κνήμη καὶ πῆχυς· ἐξαιροῦνται δὲ καὶ φλέβες κιρσώδεις καὶ ἀδένες σκιῤῥωθέντες καὶ ὀδόντες τρηθέντες· καὶ μὲν δὴ καὶ γαργαρεὼν ἀφαιρεῖται καὶ ἐπίπλοον καὶ πόσθη καὶ αὐτοῦ τι τοῦ αἰδοίου, καὶ πολλάκις γε καὶ σύμπαν

ſunt, ut lumbrici, aſcarides, in veſica calculus, in oculo grando, ſuffuſio, pus, verrucae, meliccrides, atheromata, ſteatomata, vitiligines, leprae, leucae, calli, et quae in absceſſibus reperiuntur omnia. Quod autem et ex his quaecunque functionem primo interturbant, morbos dicamus, ut ſuffuſionem, quae vero non ſunt ejusmodi, morborum cauſas, omnibus manifeſtum eſt. Earum vero quae deficiunt partium quaedam omnino deperditae ſunt, quaedam veluti e dimidio amputatae ac mutilatae. Et quidem in prima generatione ejusmodi plurima fieri latet neminem. A partu vero oſſa ſaepe integra eximuntur e digitis, artubus, capite et lateribus; aufertur etiam nonnunquam digitus, pes, extrema manus, tibia et cubitus. Extrahuntur praeterea venae varioſae et glandulae ſcirrho induratae et dentes exeſi. Extrahitur quoque gurgulio, omentum, praeputium, ipſius pudendi portio, ac multoties penis integer, quemad-

αἰδοῖον, ὥσπερ γε καὶ οἱ ὄρχεις. ἐνδακὼν δέ τις ἔναγχος ἐπὶ σπασμῷ μεγάλῳ τοῦ παντὸς σώματος ἀπέτραγε τῆς γλώττης τὸ πρόσθει, εἶτ' ἐσώθη μὲν ἐκ τοῦ σπασμοῦ, διαλέγεσθαι δὲ ὁμοίως οὐκ ἠδύνατο. τούτου τοῦ γένους ἐστὶ καὶ τὰ κολοβώματα καλούμενα χειλῶν καὶ ῥινῶν καὶ ὤτων, καὶ ὅσα ἑτέρων σαρκωδῶν μορίων ἢ ἀποσπασθέντα σφοδρῶς, ἢ διασαπέντα τελέως ἐξετμήθη. κατὰ πάσας γὰρ τὰς τοιαύτας περιστάσεις ὁ κατὰ φύσιν ἀριθμὸς οὐ συμπεπλήρωται τῶν μορίων, ἢ ἑνὸς ἢ δυοῖν ἢ καὶ πολλῶν λειπόντων καὶ ἤτοι τελέως ἀπολωλότων ἢ ἐκ μέρους ἀφῃρημένων. ὅσα μὲν δὴ τῶν τοιούτων ἐνεργείας ἐμποδίζει κατὰ τὸν ἑαυτῶν λόγον, ἐν τῷ τῶν νοσημάτων γένει τετάξεται· τὰ δ' ἤτοι καταψύχοντά τι μόριον ἕτερον ἐνεργείας ἀπεργαστικὸν ἢ τροφὴν ἐλλιπῶς ἐπάρδοντα νοσημάτων αἴτια· τινὰ δὲ ἄμφω συλλαβόντα ἔχει καὶ τὴν ὡς αἰτίου χώραν καὶ τὴν ὡς νοσήματος, οἷον καὶ γαργαρεὼν, ὁπόταν ἕως βάσεως ἐκτμηθεὶς καὶ τὴν φωνὴν παραβλάπτῃ καὶ ψύχῃ τὰ κατὰ τὸν πνεύ-

modum etiam teſtes. Nuper vero quidam vehementi univerſi corporis convulſione correptus anteriorem linguae partem mordicus amputavit, deinde a convulſione ſoſpes factus peraeque ac ante loqui non potuit. Hujus generis ſunt et quae mutilationes vocantur labiorum, narium, aurium, et quaecunque aliae carnoſae partes aut vehementer avulſae aut putrefactae penitus exectae ſunt. Etenim per hujusmodi miſerias qui ſecundum naturam eſt partium numerus imperfectus eſt, ſive una pars, ſive duae, ſive plures deſint, haeque vel omnino deperditae, vel ex parte ſublatae. Quaecunque ſane talium functionem interturbant ſui ipſorum ratione, in morborum genere conſtituentur; quae vero aut aliquam partem aliam functionis opificem refrigerant, aut parcius alimentum diſtribuunt, morborum cauſae; quaedam vero utrumque genus aſſequuntur et ut cauſae et ut morbi vicem, ut gurgulio, qui, quum radicitus exectus eſt, et vocem laedit, et pulmones thoracemque re-

μονά τε καὶ τὸν θώρακα. ἐπειδὴ γὰρ ἔμαθες ἐν τοῖς τῶν ἐνεργειῶν τε καὶ χρειῶν λογισμοῖς, ὡς ἁπάντων τῶν τοῦ ζώου μορίων τὰ μὲν εἰς ἐνέργειάν τινα συντελεῖ τῷ παντὶ ζώῳ χρησίμην, τὰ δ᾽ αὐτὰ μὲν οὐδὲν ἐνεργεῖ, χρείαν δέ τινα τοῖς ἐνεργοῦσι παρέχεται, δῆλον ὡς καὶ τὰς βλάβας αὐτῶν, τὰς μὲν εἰς ἐνέργειαν ἄντικρυς διαφερούσας νοσήματα ἐρεῖς πρώτως εἶναι τῶν τοῦ ζώου μορίων, τὰς δὲ εἰς χρείαν τινὰ νοσημάτων αἰτίας. [11] ὥσθ᾽ ὅσα μόρια διττὰς ἐνεργείας ἢ διττὰς χρείας ἀποτελεῖ, κατὰ μίαν ἐνίοτε βλάβην διττὸν ἕξει λόγον, ἢ νοσήματος, ἢ αἰτίας. εἰ δέ τι μόριον ἅμα ἄμφω ποιεῖ, χρείαν καὶ ἐνέργειαν, ὥσπερ ἐνίοις εἶναι δοκεῖ καὶ ὁ γαργαρεὼν, ἡ τούτου τοῦ μέρους ἀπώλεια καθ᾽ ἕτερον μὲν λόγον ἔσται νόσημα, καθ᾽ ἕτερον δὲ νοσήματος αἰτία. δῆλον δὲ, ὡς τῷ λοιπῷ τῷ μένοντι καὶ σωζομένῳ τὸ νόσημά ἐστιν, οὐκ αὐτῷ τῷ μηκέτι ὄντι. τῆς γὰρ τοῦ στόματος εὐρυχωρίας κατ᾽ ἐκεῖνο τὸ μέρος, οὗ νῦν ἐστι τὸ πάθος, μόριον εἶναι φήσεις τὸν κίονά τε καὶ γαργαρεῶνα προσα-

frigerat. Quum enim ex functionum ac ufuum meditatione didiceris, omnium animantis partium alias ad actionem aliquam toti animali utilem conferre, alias per fe quidem nihil agere, fed ufum quendam actionem obeuntibus praebere, liquet, quod eorum laefiones, quae in actionem plane dimicant, primum ftatues partium animalis effe morbos, quae vero in aliquem ufum, morborum caufas. Quare, quae partes duplicem actionem aut duplicem ufum praeftant, interdum in una laefione duplicem aut morbi aut caufae obtinebunt rationem. At fi qua pars utrumque fimul moliatur, tum ufum, tum actionem, quemadmodum quibusdam effe videtur et gurgulio, hujus partis jactura altera quidem ratione erit morbus, altera vero morbi caufa. Atqui manifeftum eft, reliquae permanentis ac fervatae partis morbum effe, non ejus, quae amplius non fit: oris enim capacitatis in illa parte, cui morbus nunc infidet, particulam effe profiteberis, id quod uvam et gurgulionem appellamus.

χορευόμενον. ὅταν οὖν οὗτος ἀπόληται, λείπει τι τῷ χωρίῳ, καὶ οὕτω τὸ ὅλον ἕν νόσημά τι γίνεται, μένοντος τοῦ κατ᾽ ἀρχὰς ὁμολογηθέντος, τοῦ πᾶσαν ἐνέργειαν ὑπὸ νοσήματος βλάπτεσθαι. ἢ τοίνυν, ὡς οὐκ ἔστι μία τις ἐνέργεια τοῦ ζώου καὶ ἡ φωνὴ, καὶ ἡ εἰσπνοὴ, καὶ ἡ ἐκπνοὴ, δεικτέον ἐστὶν, ἢ, εἴπερ τοῦθ᾽ οὕτως ἔχει, δῆλον, ὡς ἡ τοῦ κίονος ἀπώλεια νόσον ἐναπεργάζεται τῷ οὐρανίσκῳ. κατὰ δὲ τὰ αὐτὰ ταῦτα καὶ ἡ τοῦ ὀδόντος ἀπώλεια νόσημά ἐστιν τοῦ στόματος, εἰ μὲν τῶν πρὸς τὴν μάσσησιν ἐπιτηδείων εἴη, κατ᾽ ἐκεῖνο τὸ μέρος τῆς μασσήσεως βλαβέντος, εἰ δὲ τῶν τομέων ὀνομαζομένων, εἴς τε τὰς ἐδωδὰς καὶ τὰς διαλέξεις ἐμποδίζοντος. οὕτω δὲ καὶ εἰ τῆς γλώσσης ἀποτμηθείη τὸ ἥμισυ, τῷ λειπομένῳ μέρει παρὰ φύσιν ἐστὶ τὸ κεκολοβῶσθαι. κατὰ ταὐτὰ δὲ καὶ τῷ ἐπιπλόῳ, καὶ τῷ αἰδοίῳ, καὶ πᾶσι τοῖς οὕτω παθοῦσι. καὶ εἰ μὴ νόσημά τις αὐτὸ καλεῖν, ἀλλὰ πάθος ἢ πάθημα βούλοιτο, περὶ ὀνόματος, οὐ περὶ πράγματος ἀμφισβητήσει. δῆλον δὲ, ὡς τῇ μὲν γλώττῃ, καὶ τῷ ἐπιπλόῳ, καὶ τῷ αἰδοίῳ, καὶ ὅλως ἅπασι τοῖς τοιούτοις

Quum itaque haec deperdita eſt, deeſt aliquid capacitati; atque ita *id* totum unus morbus eſt, manente, quod ab initio conceſſum eſt, omnem ſcilicet actionem a morbo laedi. Quamobrem aut, non unam aliquam eſſe animantis actionem et vocem et inſpirationem et expirationem, demonſtrandum eſt, aut, ſi ita ſe res habet, conſtat, uvulae jacturam in palato morbum efficere. Simili ratione jactura dentis oris eſt morbus, ſi *dens* ex iis fuerit, qui manducationi inferviunt, isque in illa parte, ubi manducatio laeſa eſt; ſi vero ex inciſoribus nominatis, et eſum et loquutionem interturbat. Sic etiam, ſi linguae dimidium abſciſſum eſt, reſiduae parti praeter naturam mutilatio *morbus* eſt. Eodem modo et omento, et pudendo, et omnibus ita affectis partibus. Quod ſi quis id non morbum, ſed affectum vel affectionem vocare velit, de nomine, non de re contendet. Liquet autem, in lingua, omento, pudendo, denique omni-

κεκολοβωμένοις ὀργάνοις ἐστί τις μείωσις τοῦ μεγέθους ἐν ἅπασι τοῖς εἰρημένοις νοσήμασιν· αὐτῷ δὲ τῷ ζώῳ μείωσις μὲν οὐκ ἐξ ἀνάγκης ἔσται σαφὴς, ὡς φαίνεσθαι κολοβὸν, ἀριθμὸς δέ τις ἀφαιρεθήσεται μορίων, εἴγε δὴ καὶ ἀρτηρίαι, καὶ φλέβες, καὶ νεῦρα, καὶ δέρμα ἐνίοτε, καὶ πιμελὴ, καὶ ὑμένες, καὶ σὰρξ ἀφαιρεῖται κατὰ τὰς τοιαύτας διαθέσεις. ἐπὶ μέντοι τοῦ γαργαρεῶνος καὶ τῶν κιρσωδῶν ἀγγείων ἐκτμηθέντων καὶ αὐτῶν τῶν ὀργάνων ἀφαιρεῖταί τις ἀριθμὸς μορίων. καὶ δὴ καὶ τετάξεται τὰ μὲν τοιαῦτα πάντα ὑπὸ τὸν ἀριθμὸν τῶν μορίων ὑπαλλαττομένων· ὅσων δὲ ὀργάνων ἀφαιρεῖται μέν τι, οὐκ ἐξαιρεῖται δὲ τὰ μέρη, ταῦτα ἐν ἀμφοτέροις οἷον τετάξεται τοῖς γένεσι. καὶ γὰρ ἀριθμὸς ἐνδεῖ τῷ ζώῳ μορίων ἁπλῶν, καὶ μέγεθος ὀργάνου συνθέτου· κεκολόβωται γὰρ τὸ ὅλον. καὶ μὲν δὴ καὶ ὡς ἀμφοῖν τοῖν γενοῖν, τοῦ τε κατ᾽ ἀριθμὸν καὶ τοῦ κατὰ μέγεθος, ἀνωτέρω τάττειν ἑτέραν ἐγχωρεῖ κατηγορίαν τὴν τοῦ ποσοῦ, παντί που δῆλον, εἴγε δὴ τοῦ ποσοῦ τὸ μὲν διωρισμένον

bus ejusmodi mutilatis organis aliquam effe magnitudinis diminutionem ab omnibus enumeratis morbis *factam;* ipfi vero animali diminutionem haud neceffe eft fore manifeftam, ut mutilatum appareat, fed aliquis partium numerus erit ablatus, tametfi et arteriae et venae et nervi et cutis interdum et adeps et membranae et caro in talibus affectibus auferuntur. In gurgulione autem et varicofis vafis exectis ipfis etiam organis aliquis partium numerus aufertur. Atque haec omnia ad partium, quae immutantur, numerum mox referentur. Ubi vero quorumcunque organorum *aliqua portio* tollitur, non autem eximuntur partes, haec ad utrumque genus quodammodo referentur. Etenim deeft animanti tum partium fimplicium numerus, tum organi compofiti magnitudo, totum fiquidem mutilatum eft. Et fane quod utriusque generis, tum numeri, tum magnitudinis, fuperius alterum praedicamentum, idque quantitatis, ftatuere liceat, cuique manifeftum eft, quandoquidem

ἐστὶν, ὃ δὴ καὶ ποσὸν ἰδικῶς ὀνομάζεται, τὸ δὲ συνεχὲς, ὃ δὴ καὶ πηλίκον προσαγορεύεται. ἀλλ᾽ ἐν τῷ παρόντι σαφέστερον ἔδοξέ μοι διαιρεῖν αὐτὰ οὕτω, κατὰ μὲν τὸν ἀριθμὸν τάξαντι τὴν ἑτέραν διαφορὰν τοῦ ποσοῦ, κατὰ δὲ τὸ μέγεθος τὴν ἑτέραν.

Κεφ. θ'. Ἀλλ᾽ ἐπειδὴ καὶ τὰ κατὰ τοῦτο τὸ γένος εἴρηται νοσήματα, περὶ τῶν κατὰ τὸ μέγεθος ἢ τὸ πηλίκον τῶν μορίων, ἢ ὅπως ἄν τις ὀνομάζειν ἐθέλοι, διέλθωμεν. ἔστι δὲ οὐ ταὐτὸν τοῦτο τῷ προειρημένῳ. μένοντος γὰρ τοῦ κατὰ φύσιν σχήματος τῷ μορίῳ, διαφθει-[12]ρομένου δὲ τοῦ μεγέθους, ὅταν ἐνέργειά τις βλάπτηται, διὰ τοῦτο νόσημα ἔσται τοῦ μορίου τὸ συμβεβηκὸς, οἷον εἴ τῳ τηλικαύτη γένοιτο ἡ γλῶττα κατὰ τὴν πρώτην εὐθὺς διάπλασιν, ὡς ἤτοι μηδεμίαν ἔχειν ἀναστροφὴν ἐν τῷ στόματι διὰ τὸ μέγεθος, ἢ διὰ σμικρότητα μὴ ψαύειν ἁπάντων αὐτοῦ τῶν μερῶν. ἐπὶ δὲ τῶν ἤδη τετελειωμένων αἱ μὲν παρὰ φύσιν ἐπαυξήσεις τῶν μορίων οὐ πάνυ

quantitas una difcreta eft, quae etiam quantitas proprie appellatur, altera continua, quae magnitudo nominatur. Verum in praefentia dilucidius mihi vifum eft haec ita diftinguere, qui alteram quantitatis differentiam fub numero, alteram fub magnitudine conftituerim.

Cap. IX. Explicatis autem hujusce generis morbis, de iis, qui ad magnitudinem aut ad partium quantitatem reducuntur, aut quomodocunque eos nominare placuerit, differamus. Id autem *genus* non idem ac praedictum eft. Nam fi, manente fecundum naturam partis figura, magnitudo vitietur, quum functio quaedam laeditur, ea de caufa partis accidet morbus, veluti fi in prima ftatim conformatione lingua talis fit, ut vel ob magnitudinem in ore nullam habeat converfionem, vel ob parvitatem omnes ipfius *oris* partes non attingat. Verum in jam perfectis praeter naturam partium incrementa non admodum crebro fieri

τι φαίνονται συνεχῶς γιγνόμεναι, μειοῦνται μέντοι πολλάκις, καὶ καλεῖται τὸ νόσημα πρὸς μὲν ἐνίων ἀτροφία, πρὸς ἄλλων δὲ φθίσις τοῦ μέρους. αἱ (204) δὲ ἐπαυξήσεις τῶν μορίων ἔν τε τοῖς ὑπερσαρκοῦσιν ἕλκεσι γίγνονται κἀν τῷ καλουμένῳ πριαπισμῷ. Νικομάχῳ δὲ τῷ Σμυρναίῳ πᾶν ἀμέτρως ηὐξήθη τὸ σῶμα, καὶ οὐδὲ κινεῖν ἔτι δυνατὸς ἦν ἑαυτόν· ἀλλὰ τοῦτον μὲν ὁ Ἀσκληπιὸς ἰάσατο. γλῶσσαν δέ τινος ἐπιπλεῖστον αὐξηθεῖσαν ἐθεασάμεθα χωρὶς ἁπάσης ὀδύνης, ὥστε μήτ᾽ οἴδημα δοκεῖν εἶναι, μήτε σκίῤῥον, μήτε φλεγμονήν· οὔτε γὰρ ἐκοιλαίνετο ὑπὸ πιεζόντων, οὔτ᾽ ἀναίσθητος ἦν, οὔτ᾽ ὠδυνᾶτο, ἀλλ᾽ αὐτὸ τοῦτο μόνον αὔξησίς τις ἄμετρος ὑπῆρχεν, οὐδὲν τῆς οὐσίας αὐτῆς τοῦ μορίου βεβλαμμένης. οὕτω δὲ καὶ ὄρχεις καὶ μαστοὶ τοῖς μὲν ἀμφότεροι, τοῖς δὲ ἀμέτρως ὁ ἕτερος ηὐξήθη. καὶ ἡ καλουμένη δὲ χοιρὰς τούτου τοῦ γένους ἐστὶ, δυσχρηστίαν οὐ μικρὰν ἐν ταῖς ἐνεργείαις, ὅταν ἀμέτρως αὐξηθῇ, παρεχομένη. καὶ μὲν δὴ καὶ αἱ τῶν κανθῶν ἀμετρίαι τούτου τοῦ γένους εἰσίν· ὀνομάζεται δὲ

conſpiciuntur; minuuntur tamen ſaepius, vocaturque hic morbus a quibusdam aliis macies, ab aliis partis tabes. Partium incrementa in ulceribus ſupercreſcente carne fiunt, atque in priapiſmo, quem vocitant. Nicomacho Smyrnaeo adeo totum corpus ſupra modum incrementum cepit, ut ne deinceps movere ſe ipſum poſſet; ſed ipſum ſanitati reſtituit Aeſculapius. Linguam cujusdam quamplurimum auctam vidimus, omnis doloris expertem, ut neque oedema, neque ſcirrhus, neque phlegmone eſſe videretur. Neque enim prementibus cavata cedebat, neque ſenſus erat expers, neque dolebat, ſed id ipſum duntaxat incrementum quoddam incommoderatum erat, illaeſa prorſus ipſius partis ſubſtantia. Sic et teſtes et mammae aliis uterque, aliis alter ſupra modum increvit. Quae etiam ſtruma vocatur, hujus generis eſt, quae, quum immoderatius increvit, non parvam functionibus laeſionem adfert. Similiter etiam angulorum in oculis ſunt ametriae hujus generis, quorum in-

ἡ μὲν ἐπὶ πλέον αὔξησις ἐγκανθὶς, ἡ μείωσις δὲ ῥυάς. τοιαῦται μὲν δή τινες καὶ τούτου τοῦ γένους τῶν νοσημάτων αἱ διαφοραί.

Κεφ. ι΄. Τῆς δὲ συνθέσεως τῆς κατὰ φύσιν ὑπαλλαττομένης, γίνεται νοσήματα, παρὰ μὲν τὴν θέσιν ἐν ταῖς ἐξαρθρήσεσί τε καὶ παραρθρήσεσι κἀν ταῖς ἐντεροκήλαις τε καὶ ἐπιπλοκήλαις ὀνομαζομέναις, παρὰ δὲ τὴν πρὸς τὰ παρακείμενα μόρια μὴ κατὰ φύσιν ὁμιλίαν σύνδεσμός που χαλασθεὶς, ἢ συνταθεὶς, ἢ ἀποῤῥαγεὶς ἐμποδίζει τὴν ἐν ἐκείνῳ τῷ μορίῳ κίνησιν τῆς διαρθρώσεως. ἐν τούτῳ τῷ γένει καὶ οἱ τῆς γλώττης εἰσὶν ἄμετροι δεσμοὶ, καὶ οἱ τῶν αἰδοίων, ἐφ᾽ οἷς ἡ μὲν εἰς τὸ διαλέγεσθαί τε καὶ μασσᾶσθαι ἱκανῶς ἐμποδίζεται, τὸ δὲ αἰδοῖον ἐν τῷ κατασπείρειν εἰς τὸ θῆλυ πόῤῥω καὶ κατὰ εὐθὺ προπέμπειν ἀδυνατεῖ τὸ σπέρμα, διεστραμμένου τοῦ πόρου. καὶ μὲν δὴ καὶ αἱ συμφύσεις αἱ παρὰ φύσιν ἢ χειλῶν ἑλκωθέντων, ἢ βλεφάρων, ἢ δακτύλων, ἢ ἕδρας,

moderatius incrementum encanthis, diminutio rhyas nominatur. Atque hujusmodi funt hujus generis morborum differentiae.

Cap. X. Quum vero quae fecundum naturam eft ftructura immutatur, oriuntur morbi; a fitu quidem in articulorum tum luxationibus, tum diftortionibus, atque in inteftini prolapfu, et omenti procidentia nuncupatis; ab ea vero quae non fecundum naturam eft partium adiacentium conjunctione ligamentum laxatum, aut contenfum, aut abruptum in illa parte dearticulationis motum oblaedit. Hoc in genere funt et linguae et pudendorum incommoderata vincula, quibus illa tum in loquendo, tum manducando plurimum interturbatur, pudenda vero in ejaculando femen, quae ob inverfum meatum in mulieris uterum eminus et directe femen emittere nequeunt. Atque etiam coalitus praeter naturam aut labiorum ulceratorum, aut palpebrarum, aut digitorum, aut fedis, aut cujusdam

ἤ τινος ἑτέρου τοιούτου ταύτης εἰσὶν τῆς διαφορᾶς. τοιαῦται μὲν δὴ καὶ αἱ τοῦ παρὰ τὴν σύνθεσιν τῶν μορίων γένους ἰδέαι τῶν νοσημάτων.

Κεφ. ια'. Λοιπὸν δέ ἐστι καὶ πέμπτον γένος νοσήματος, ἡ τῆς ἑνώσεως λύσις, εἴτ' οὖν ἐν ἑνί τινι τῶν ἁπλῶν γένοιτο μορίων τῶν ὁμοιομερῶν ὀνομαζομένων, εἴτε κἂν τοῖς συνθέτοις, ὅθεν καὶ μικρῷ πρόσθεν ἐν τοῖς κοινοῖς ἑκατέρων τῶν μορίων νοσήμασι ἐμνημονεύσαμεν αὐτῆς. ὅπου γὰρ [13] διασπᾶται σύνδεσμος ἢ ἀρτηρία, κοινὸν τὸ πάθημά ἐστι καὶ τοῦ παντὸς ὀργάνου καὶ αὐτοῦ τοῦ διασπασθέντος μορίου. λέλυται γὰρ ἑκάτερον τῆς συνεχείας, τὸ μὲν ὅλον, μηκέτι συναπτομένων αὐτοῦ μηδ' ἑνουμένων τῶν μορίων, αὐτὸ δὲ τὸ διασπασθὲν οὐκ ἔτι μένον ἕν, ἀλλὰ δύο γενόμενον. εἰ μέντοι μὴ διασπασθείη τελέως, ἀλλ' ἐκ μέρους τινὸς, οὐκ ἔτι τοῦτο τοῦ παντὸς ὀργάνου τὸ νόσημά ἐστι, πλὴν εἰ μὴ κατὰ συμβεβηκὸς, ὅτι μόριον αὐτοῦ πέπονθεν, ἀλλ' αὐτοῦ μόνου τοῦ πεπονθότος ἴδιον

ejusmodi alterius partis, ad hancce differentiam fpectant. Iftae fane hujus generis funt morborum fpecies, quae a ftructura proficifcuntur.

Cap. XI. Supereft et quintum morbi genus, unitatis folutio, five haec uni cuidam partium fimplicium, quas fimilares nominant, five etiam compofitis accidat, unde paulo ante inter communes utrarumque partium morbos ipfam commemoravimus. Quum enim ligamentum vel arteria divellitur, communis eft et totius organi et divulfae partis morbus. Nam utriusque foluta eft continuitas; totius quidem *organi*, quum ipfius partes non amplius fibi cohaerent, neque uniuntur; ipfius vero divulfae partis, quod non amplius una maneat, fed duae factae fint. Quod fi non plane divulfa fit, fed parte aliqua *tantum*, non amplius id totius organi morbus eft, nifi ex accidenti, quod pars ipfius affecta fit, fed ipfius duntaxat partis affectae pro-

ἐξαίρετον. ὀνομάζεται δὲ κατὰ μὲν ὀστοῦν ἡ τῆς συνεχείας λύσις κάταγμα, κατὰ δὲ τὰ σαρκώδη πάντα κοινῶς ἕλκος. τὸ δὲ ῥῆγμα καὶ τὸ σπάσμα τοῦ μὲν αὐτοῦ γένους ἐστί· συνίσταται δὲ τὸ μὲν ἐν σαρκώδει, τὸ δὲ ἐν νευρώδει μορίῳ, τῶν ἐν αὐτοῖς ἰνῶν διασπασθεισῶν ὑπὸ βιαίας τινὸς θλάσεως, ἢ ἐξαιφνιδίου τε καὶ ἀθρόας τάσεως. τὰ δὲ ἀποσπάσματα καλούμενα μόνων τῶν ὀργανικῶν ἐστι μορίων ἴδια παθήματα. αὗται μὲν αἱ σύμπασαι διαφοραὶ τῶν ἁπλῶν νοσημάτων.

Κεφ. ιβ'. Ἐπὶ δὲ τὰς συνθέτους ἤδη μετιέναι καιρὸς ἀπὸ τῶν ὁμοιομερῶν αὖθις ἀρξαμένους σωμάτων. ἔσται δὴ κατὰ μὲν τὴν προτέραν ὑπόθεσιν ἐξ εὐρύτητός τε καὶ στεγνώσεως πόρων νόσημά τι σύνθετον, οὐχ ἑκάστου τῶν κατὰ μέρος πόρων ἀμφότερα πάσχοντος, ἀλλὰ ἐναλλὰξ, τῶν μὲν στεγνουμένων, τῶν δ' εὐρυνομένων σωμάτων, ὡς μηδὲν μᾶλλον εὐρύτητα πόρων ἢ στέγνωσιν

prius ac primarius. Porro continui solutio in osse quidem fractura nominatur, in omnibus vero carnosis partibus communiter ulcus. Ruptura et evulsio ejusdem sunt generis. Illa quidem in carnosa, haec vero in nervosa parte consistit, divulsis quae in ipsis sunt fibris ab aliqua violenta contusione aut repentina et effusa tensione. Sed quae avulsiones vocantur, partium organicarum propriae sunt affectiones. Atque hae sunt universae simplicium morborum differentiae.

Cap. XII. Ad compositorum vero morborum differentias jam transire tempestivum est, a similaribus corporibus ducto rursum exordio. Erit quidem secundum primam suppositionem ex dilatatione et coarctatione meatuum morbus quidam compositus, non quod particulatim singuli meatus utrumque patiantur, sed quod vicissim corporum alia coarctentur, alia dilatentur, ita ut nihilo magis dilatationem meatuum quam coarctationem arguere possis in toto

ἔχειν αἰτιᾶσθαι κατὰ τὸ σύμπαν ὁμοιομερὲς σῶμα, μηδ' εἶναί τι λαβεῖν αἰσθητὸν αὐτοῖ μερος, ᾧ θάτερον ὑπάρχει μόνον, ἀλλ' αἰεὶ τὸ λαμβανόμενον ἅπαν ὑπ' ἀμφοτέρων συνέχεσθαι. κατὰ δὲ τὴν δευτέραν ὑπόθεσιν ἐπὶ μὲν ταῖς ποιότησι μόναις ἐξισταμέναις τοῦ κατὰ φύσιν ἐν ἑκάστῳ τῶν ὁμοιομερῶν σωμάτων ἔσται σύνθετα νοσήματα τέτταρα, θερμὸν ἅμα καὶ ξηρὸν, καὶ θερμὸν ἅμα καὶ ὑγρὸν, καὶ ψυχρὸν ἅμα καὶ ξηρὸν, καὶ ψυχρὸν ἅμα καὶ ὑγρόν· οὐσίας δέ τινος ἐπιῤῥυείσης αὐτοῖς, ὁμοίως ἕτερα τέτταρα, τὰς αὐτὰς τῶν ποιοτήτων ἔχοντα συζυγίας. ἐπεὶ δὲ καὶ ἡ τῆς συνεχείας διαίρεσις οὐκ ἐν τοῖς συνθέτοις μόνον ὀργάνοις, ἀλλὰ καὶ ἐν τοῖς ἁπλοῖς ἐγγίνεται σώμασιν, ἐπιπλακήσεταί ποτε καὶ ἥδε τοῖς τε νῦν εἰρημένοις συνθέτοις νοσήμασι κατ' ἀμφοτέρας τὰς ὑποθέσεις καὶ τοῖς εὐθὺς ἐν ἀρχῇ τοῦ παντὸς λόγου γεγραμμένοις τοῖς ἁπλοῖς. οὐ γὰρ ἀδύνατον ἡλκῶσθαί τε ἅμα καὶ ξηρότερον εἶναι τοῦ κατὰ φύσιν ἢ ὑγρότερον ἢ ψυχρότερον ἢ θερμότερον τὸ μόριον, οὐδ' ἡλκῶσθαι μὲν ἅμα

fimiliari corpore; neque aliquam effe fenfibilem ipfius partem deprehenderis, cui alterutra duntaxat infideat; fed quaecunque pars corripitur, eam ab utroque *morbo* femper affici. Ex fecunda vero fuppofitione, qualitatibus folis a naturali ftatu decedentibus, in unoquoque fimilari corpore compofiti morbi erunt quatuor, calidus fimul et ficcus, calidus fimul et humidus, frigidus fimul et ficcus, frigidus fimul et humidus. Affluente vero ipfis aliqua fubftantia, peraeque alii quatuor erunt morbi, qui ipfas quatuor qualitatum conjugationes continent. Quoniam vero et continuitatis divifio non compofitis tantum organis, verum etiam fimplicibus corporibus ineft, implicabitur interdum et haec nunc enarratis ex utraque fuppofitione compofitis morbis et confcriptis quoque ftatim ab initio totius operis fimplicibus. Nam fieri poteft, ulceratam effe fimul et eo quod fecundum naturam eft temperamento ficciorem vel humidiorem vel frigidiorem vel calidiorem effe partem, atque ulceratam fimul et humidio-

καὶ ὑγρότερον ὑπάρχειν, οὐχὶ δὲ καὶ θερμότερον εἶναι. τά γ' οὖν ἡλκωμένα τε ἅμα καὶ φλεγμαίνοντα μόρια τριχῆ τοῦ κατὰ φύσιν ἐξίσταται, διὰ μὲν τὴν ἕλκωσιν ἀπολλύντα τὴν ἕνωσιν τῶν οἰκείων μορίων, ὅτι δὲ φλεγμαίνει, θερμότερά τε καὶ ὑγρότερα τοῦ κατὰ φύσιν ἀποτελούμενα. τὸν γὰρ δὴ ὄγκον τὸν ἐν αὐτοῖς, ὅταν μὲν ἐπὶ τοσοῦτον αἴρηται μέγεθος, ὡς βλάπτειν τι δι' αὐτὸ τοῦτο τὴν ἐνέργειαν, ἤδη νόσημα νομιστέον, ἄλλως δὲ σύμπτωμά τε καὶ [14] πάθημα μόνον, ὥσπερ καὶ τὴν ὀδύνην. ἅπαντ' οὖν τὰ φλεγμαίνοντά τε ἅμα καὶ ἡλκωμένα σώματα τριχῆ μὲν ἐξ ἀνάγκης, τετραχῆ δ' ἔστιν ὅτε νοσεῖ, φλεγμονὴν ὀνομαζόντων ἡμῶν δηλονότι νῦν οὐ τὴν οἷον φλόγωσιν τῶν μορίων, ὥσπερ ἦν ἔθος τοῖς παλαιοῖς, ἀλλὰ τὸν ἐρυθρόν τε καὶ ἀντίτυπον καὶ ὀδυνηρὸν ὄγκον. οὕτω δὲ καὶ τοῖς ἐρυσιπέλασι συμπίπτει ποθ' ἕλκη. τοῖς μὲν γὰρ ἄνθραξιν ἀδύνατον ἄλλως συστῆναι, μέσα δὲ τούτων ἐστὶ τὴν φύσιν ἕρπητές τε καὶ καρκῖνοι, τὰ πολλὰ

rem exiſtere, nequaquam etiam calidiorem eſſe. Ulceratae igitur ſimulque etiam inflammatae partes tripliciter a naturali ſtatu decedunt: ob ulcerationem quidem propriarum partium unitatem deſtruunt; quod vero inflammationem excitent, ipſas naturali temperie et calidiores et humidiores efficiunt; praeterea ob tumorem ipſarum, qui, quum ad tantam magnitudinem attollitur, ut ob id ipſum functionem oblaedat, jam morbus exiſtimandus eſt, alias et ſymptoma et affectio duntaxat, quemadmodum etiam dolor. Quaecunque igitur et inflammata ſimul et ulcerata ſunt corpora, tribus neceſſario, interdum etiam quatuor morbis aegrotare contingit. Nos autem quum inflammationem nominamus, profecto non veluti partium flagrantiam, ut fuit veteribus *loquendi* conſuetudo, ſed rubentem et renitentem et dolentem tumorem. Ita et eryſipelatis ulcera nonnunquam accidunt. Carbunculis enim non datur aliter conſiſtere. Inter hos morbos mediam naturam ſortiuntur et herpetes, et

μὲν ἅμα τοῖς ἕλκεσιν, ἔστιν ὅτε δὲ καὶ χωρὶς ἐκείνων συνιστάμενα. σύνθετα γοῦν ἐστι τὰ τοιαῦτα πάντα νοσήματα, κἂν χωρὶς ἕλκους γίγνηται· καθ' ἕνα μὲν τρόπον, ὅτι πάντα περιττῆς ὑγρότητος ἤτοι θερμῆς ἢ ψυχρᾶς ἐστιν ἔγγονα, χολῆς μὲν ξανθῆς ἐρυσίπελας, μελαίνης δὲ καρκῖνος, αἵματος δὲ φλεγμονὴ, καὶ φλέγματος οἴδημα· καθ' ἕτερον δὲ, διότι τῶν εἰρημένων χυμῶν, εἰ καὶ κατὰ τὴν ἰδέαν ὑγροὶ σύμπαντες εἰσὶν, ἀλλὰ τήν γε δύναμιν οὐχ ὑγροί· ὁ μὲν γὰρ τῆς μελαίνης χολῆς ξηρὸς καὶ ψυχρός· ὁ δὲ [τῆς ξανθῆς ξηρὸς καὶ θερμός· ὁ δὲ τοῦ φλέγματος ὑγρὸς καὶ ψυχρός· ὑγρὸν δὲ καὶ θερμὸν τὸ αἷμα· κατὰ δ' αὖ τρίτον τρόπον, ὅτι πάντα ἀλλήλοις ἐπιπλέκεται, καὶ σπάνιόν ἐστιν εὑρεῖν ἕκαστον αὐτῶν εἰλικρινές. ἀναμέμικται γὰρ ὡς τὰ πολλὰ ταῖς μὲν φλεγμοναῖς ἢ ἐρυσιπελατῶδες, ἢ οἰδηματῶδες, ἢ σκιῤῥῶδές τι, τοῖς δ' ἐρυσιπέλασιν ἢ φλεγμονῶδες, ἢ οἰδηματῶδες, ἢ σκιῤῥῶδες, καὶ τῶν ἄλλων ὁμοίως ἑκάστῳ. σύνθετα τοίνυν γίγνεται πολυειδῶς ἅπαντα τοιαῦτα νοσήματα· καὶ ῥηθή-

cancri, qui multoties cum ulceribus, aliquando etiam fine his confiftunt. Omnes igitur hujusmodi morbi, etiamfi citra ulcus eveniant, compofiti funt: una quidem ratione, quod omnes a fupervacaneo humore vel calido vel frigido procreentur; a flava bile eryfipelas; ab atra cancer; a fanguine phlegmone; a pituita oedema; altera vero, quoniam dicti humores, etfi fpecie omnes funt humidi, facultate tamen non humidi; nam qui atrae bilis eft, ficcus et frigidus; qui flavae, ficcus et calidus; qui pituitae, humidus et frigidus; qui fanguinis, calidus et humidus; tertia demum ratione, quod omnes fibi invicem implicentur, raroque eorum aliquis fincerus inveniatur. Nam plerunque inflammationibus aut quid eryfipelatodes, aut oedematodes, aut fcirrhodes commifcetur; eryfipelatis vero vel phlegmonodes, vel oedematodes, vel fcirrhodes, atque caeterorum fimiliter cuique. Ergo multis formis compofiti funt omnes ejusmodi morbi. Atque de ipfis fufius in

σεται περὶ αὐτῶν ἐπὶ πλέον ἔν τε τῷ περὶ τῶν νοσερῶν αἰτίων γράμματι, καὶ ἐν τῷ μετ᾽ αὐτὸ, τῷ τῶν νοσωδῶν συμπτωμάτων, καὶ πρὸς τούτοις ἔτι διὰ τῆς θεραπευτικῆς πραγματείας, ἥσπερ ἕνεκα σύμπαντα ταῦτα γράφεται.

Κεφ. ιγ΄. Νυνὶ δὲ, ἐπειδὴ τὸν τρόπον αὐτῶν τῆς ἐπιπλοκῆς εἴπομεν, ἐπὶ τὰ τῶν [205] ὀργάνων ἤδη μετέλθωμεν νοσήματα, δεικνύντες ὅπως καὶ ταῦτα γίγνεται σύνθετα. πρῶτον δ᾽ ἀναμνῆσαι χρὴ τοῦ κατ᾽ ἀρχὰς ῥηθέντος, ὡς ἔστιν ἕτερα μὲν τῶν πρώτων σωμάτων τῶν ὁμοιομερῶν, ἕτερα δὲ τῶν ὀργανικῶν τε καὶ συνθέτων τὰ νοσήματα, φλεγμονὴ μὲν τῶν πρώτων, ἐξάρθρημα δὲ τῶν ὀργανικῶν. ὅταν οὖν ἐξαρθρήσῃ τε ἅμα καὶ φλεγμήνῃ τι κῶλον, αὐτοῦ μὲν πρώτως ἐστὶ τοῦ σύμπαντος ὀργάνου νόσος ἡ ἐξάρθρησις, ἡ φλεγμονὴ δὲ οὐ πρώτως, οὐδ᾽ ἰδίως, ἀλλὰ κατὰ συμβεβηκός. ἐπειδὴ γὰρ ἑνὸς ἑκάστου τῶν μορίων αὐτοῦ νόσημά ἐστιν ἡ φλεγμονὴ, κατὰ συμβεβηκὸς ἂν εἴη καὶ τοῦ σύμπαντος ὀργάνου τὸ νόσημα. καὶ μὲν δὴ καὶ ὀφθαλμία φλεγμονὴ μέν ἐστι τοῦ ἐπιπε-

libro de morborum caufis differetur, et in eo, qui poft ipfum de morborum fymptomatis *infcribitur*, praetereaque in methodi medendi opere, cujus gratia haec omnia confcribuntur.

Cap. XIII. Quandoquidem implicationis ipforum *fimplicium* morborum rationem explicavimus, jam nunc ad organorum morbos tranfeamus et, quomodo hi fiant compofiti, demonftremus. Imprimis rei per initia pronunciatae meminiffe oportet, alios effe primorum corporum fimilarium, alios et organicorum et compofitorum morbos. Phlegmone quidem primorum eft corporum, luxatio vero organicorum. Quum itaque membrum aliquod fimul et luxatur, et phlegmone obfidetur, luxatio quidem hujus totius organi primo morbus eft, phlegmone vero non primo, neque proprie, fed per accidens. Nam quoniam phlegmone uniuscujusque partium ipfius morbus eft, per accidens quoque erit totius organi morbus. Ideoque lippitudo inflammatio eft membranae, quae corneae adnata eft, per ac-

φυκότος ὑμένος τῷ κερατοειδεῖ, κατὰ συμβεβηκὸς δὲ τοῦ ὀφθαλμοῦ νόσημα. συμβαίνει δέ ποτε, τοῦ κερατοειδοῦς χιτῶνος ἕλκος ἔχοντος βαθὺ, κἄπειτα διαβρωθέντος ὅλου, προπεσεῖν μέν τι τοῦ μετ' αὐτὸν τοῦ ῥαγοειδοῦς ὀνομαζομένου, παρασπασθῆναι δὲ καὶ τὴν κόρην· καὶ τούτων ἕκαστον τῶν τριῶν ὀφθαλμοῦ πάθημα νομίζεται. καίτοι τὸ μὲν ἑλκωθῆναί τε καὶ διαβρωθῆναι τοῦ κερατοειδοῦς ἦν μόνου, τὸ δὲ προπεσεῖν τοῦ ῥαγοειδοῦς, τὸ δὲ παρασπασθῆναι τῆς κόρης. ἀλλ', ὡς εἴρηται, τὰ τῶν ὁμοιομερῶν σωμάτων νοσήματα τοῦ σύμπαντος ὀργάνου κατὰ συμβεβηκός ἐστι. καὶ τοίνυν, ἐπειδὰν μὲν ἓν ὁτιοῦν ἐξ αὐτῶν [15] νοσῇ σύνθετον νόσημα, τοῦ σύμπαντος ὀργάνου καὶ τοῦτο ἔσται νόσημα κατὰ συμβεβηκός· ἐπειδὰν δὲ πλείω μὲν, ἀλλ' ἕκαστον ἑνὶ κατέχηται νοσήματι, σύνθετον ἂν εἴη οὕτως τὸ νόσημα τοῦ σύμπαντος ὀργάνου. ἔστω γὰρ, εἰ τύχοι, κατὰ τὸν ὀφθαλμὸν (οὐ γὰρ ἀδύνατος ἡ ὑπόθεσις) ἅμα μὲν πτερύγιον, ἅμα δὲ ὀφθαλμία, καὶ διάβρωσις τοῦ κερατοειδοῦς, καὶ πρόπτωσις τοῦ ῥαγοειδοῦς, καί τις ἀρχὴ γενέσεως ὑποχύματος. ὅτι μὲν οὐχ

cidens oculi morbus. Accidit autem nonnunquam, ut cornea tunica ulcus altum habeat, eaque mox exefa tota, aliquid ipfam fubfequentis uveae nominatae procidat, pupillaque divellatur. Horum trium *affectuum* quisque oculi morbus aeftimatur, quamvis ulcus et erofio folius corneae, procidentia uveae et divulfio pupillae fit. Quare, ut dictum eft, fimilarium corporum morbi totius funt organi fecundum accidens. Itaque, quum unum quodcunque ex iis compofito morbo laboraverit, totius organi quoque hic erit ex accidenti morbus *compofitus.* Quum autem plures partes *fint affectae,* fed unaquaeque uno detineatur morbo, fic totius organi morbus erit compofitus. Sit, fi fors tulerit, in oculo (non enim impoffibilis eft fuppofitio) fimul pterygium, fimulque lippitudo, et erofio corneae, et uveae procidentia, etiam aliquod generationis fuffufionis initium. Quod non unus, neque fimplex fit morbus, om-

ἓν οὐδ᾽ ἁπλοῦν ἐστι τὸ νόσημα, πρόδηλον παντί. καλέσει δ᾽ ὁ μέν τις αὐτὸ σύνθετον ὀφθαλμοῦ νόσον, ὁ δέ τις οὐδεμίαν σύνθετον, ἀλλὰ πολλὰ νοσήματα ἐρεῖ κατὰ τὸν ὀφθαλμὸν ὑπάρχειν ἐν διαφόροις αὐτοῦ μέρεσι συνεστῶτα. διαφέρει δ᾽ οὐδὲν ὡς πρὸς τὴν τῆς θεραπευτικῆς ἐνδείξεως ποικιλίαν, ἧσπερ ἕνεκα τὰ τοιαῦτα σύμπαντα ζητοῦμεν, εἴθ᾽ ἓν εἴη σύνθετον, εἴτε πολλὰ μαχομένης ἰάσεως δεόμενα. ῥηθήσεται δὲ δηλονότι περὶ αὐτῶν ἐπὶ πλέον ἐν τοῖς τῆς θεραπευτικῆς μεθόδου γράμμασιν. εἰς δὲ τὸν νῦν ἐνεστῶτα λόγον ἀπόχρη τό γε τοσοῦτον ἐνδείξασθαι καὶ δηλῶσαι, τὸ πιθανῶς ἂν ἑκατέρους δοξάζειν, τούς τε πολλὰ νοσήματα κατὰ τὸν ὀφθαλμὸν ὑπάρχειν ὑπολαμβάνοντας, τούς τε, καθάπερ ἓν τὸ πάσχον ὄργανον, οὕτω καὶ τὸ νόσημα ἓν εἶναι νομίζοντας, σύνθετον δὲ, ὅταν, ὡς εἴρηται, πλείονα μόρια πεπόνθῃ κατ᾽ αὐτόν. ὥσπερ οὖν τῶν ἁπλῶν νοσημάτων τὸ μὲν αὐτοῦ πρώτως ἦν νόσημα τοῦ σύμπαντος ὀργάνου, καθάπερ τὸ ὑπόχυμα, τὸ δὲ κατὰ συμβεβηκὸς, ὡς ἡ τοῦ κερατοειδοῦς ἕλκωσις, οὕτω καὶ τῶν συνθέτων νοσημάτων ἴδια μὲν ἔσται τοῦ

nibus patet. Quidam etiam compositum oculi morbum vocabit; alter non unum compositum, sed multos oculo dicet inesse morbos in diversis ipsius partibus consistentes. Nihil vero interest ad indicationis remediorum varietatem, cujus gratia haec omnia indagamus, sive unus fuerit compositus, sive plures pugnantibus remediis indigentes. De his profecto uberius in methodi medendi libris differetur. Ad praesentem nunc sermonem hoc tanti momenti indicasse atque declarasse satis est, probabilem utrosque fovere sententiam, tum qui multos in oculo esse morbos autumant, tum qui, quemadmodum unum aegrotat organum, sic et unum esse morbum censent, compositum vero, quum, ut dictum est, plures partes affectae sint seorsim. Ut igitur simplicium morborum alius quidem primo totius organi morbus erat, veluti suffusio, alius vero ex accidenti, veluti corneae ulceratio, ita compositorum quoque morborum proprii quidem erunt totius organi, qui multas simul

σύμπαντος ὀργάνου τὰ πολλοῖς αὐτοῦ μορίοις ἅμα διοχλοῦντα, κατὰ συμβεβηκὸς δὲ τὰ καθ᾽ ἕν τι μόριον ἐν αὐτῷ συνιστάμενα νοσήματα σύνθετα, καθάπερ ἡ ὀφθαλμία, φλεγμονὴ τοῦ ἐπιπεφυκότος ὑμένος ὑπάρχουσα. σύνθετον γὰρ ἐδείκνυτο πάθος ἡ φλεγμονή· προσγινομένου δὲ ἕλκους κατὰ τὸν αὐτὸν τοῦτον ὑμένα, πολὺ μὲν ἂν οὕτω γε μᾶλλον ἐν συνθέτῳ νοσήματι τὸ μόριον εἴη, λέγοιτο δ᾽ ἂν οὐδὲν ἧττον καὶ αὐτὸς ὁ σύμπας ὀφθαλμὸς ὑπὸ συνθέτου νοσήματος ἔχεσθαι. τὰ μὲν δὴ τοιαῦτα κατὰ συμβεβηκὸς ὅλων τῶν ὀργάνων ἐστὶ νοσήματα σύνθετα· τὰ δ᾽ ἐκ τοῦ πολλὰ μόρια πεπονθέναι καθ᾽ ἕνα χρόνον αὐτῶν τῶν ὀργάνων ἐστὶ πρώτως νοσήματα σύνθετα, καὶ μᾶλλον εἰ καὶ τῶν κατὰ μέρος ἕκαστον τῶν ἁπλῶν μὴ κατά τι συμβεβηκὸς, ἀλλὰ πρώτως εἴη τοῦ σύμπαντος ὀργάνου νόσημα, καθάπερ ἐν ὀφθαλμῷ πτερύγιον, ὑπόχυμα, ῥυάς. ἕκαστόν τε γὰρ τούτων ἴδιόν ἐστιν ὀφθαλμοῦ νόσημα, καὶ πάνθ᾽ ἅμα γιγνόμενα σύνθετον ὀφθαλμοῦ νόσον ἰδίαν ἐργάζεται. τοιαύτῃ τις ἂν χρώμενος μεθόδῳ πάντα ἐξευρίσκοι τὰ σύνθετα νοσήματα τῶν

partes molefte afficiunt, ex accidenti vero morbi compofiti, qui in una ipfius organi parte confiftunt, veluti lippitudo, quae adnatae membranae eft inflammatio. Demonftratum fiquidem eft, inflammationem compofitum effe morbum. Si vero ulcus hanc ipfam membranam obfideat, multo etiam magis compofito morbo pars obfidebitur; fed nihilominus totus ipfe oculus compofito morbo affici praedicabitur. Tales equidem ex accidenti totius organi funt morbi compofiti. At quum eodem tempore multae partes afficiuntur, organorum primo funt compofiti morbi, atque magis, fi particulatim unusquisque fimplicium non ex accidenti, fed primo totius organi fuerit morbus, ut in oculo pterygium, fuffufio et rhyas. Nam eorum quique proprius eft oculi morbus, et quum fimul omnes accidunt, compofitum oculi morbum proprium efficiunt. Si quis tali methodo ratiocinetur, omnes omnium organorum compofitos mor-

ὅλων ὀργάνων. ἐμοὶ δὲ ἐπεξέρχεσθαί τε καὶ συντιθέναι πάντα περιττὸν ἐδόκει. μεμαθηκώς τις γὰρ τά θ᾽ ἁπλᾶ νοσήματα πάντα καὶ τὸν τρόπον αὐτῶν τῆς συνθέσεως, ἱκανὸς ἂν εἴη γυμνάζειν ἑαυτὸν ἐν τοῖς κατὰ μέρος· ὡς τό γ᾽ ἀναγνῶναι μόνον εἰσάπαξ, ὅσα γέγραπται κατὰ τόδε τὸ βιβλίον, οὐδὲν ὄφελος, εἰ μὴ μέλλοι τις ἐν αὐτοῖς ἐπὶ πλεῖστον γυμνάζεσθαι.

bos inveniet. Mihi vero omnes et perſequi et componere ſupervacaneum videtur. Si quis enim ſimplices morbos omnes eorumque modos compoſitionis didicerit, dignus erit, qui in reliquis particularibus ſe ipſum exerceat. Quare ſemel tantum, quaecunque hoc in libro ſcripta ſunt, legere nullius eſt utilitatis, niſi quis plurimum in ipſis ſeſe exercitaturus ſit.

LIPSIAE

LITERIS FRIDER. CHR. DÜRRII.

PRAENUMERANTEN-VERZEICHNISS.

Altenburg.

1 Hr. Doctor Pierer.
2 Schnuphasische Buchh.

Altona.

1 Hr. Dr. Heyck.
1 Hr. Dr. Bintzing.

Alt-Strelitz.

1 Hr. Dr. Hanius.

Amsterdam.

1 Hr. Dr. C. H. a Roy.
4 Hr. Buchh. Müller.
4 Hr. Buchh. Sülpke.

Bautzen.

1 Hr. Dr. Buchheim.
1 Hr. Rector Siebelis.

Berlin.

5 Hr. Buchh. Enslin.
4 Nicolaische Buchh.
1 Hr. Regier. Rath Neumann.
20 Hr. Buchh. Dümmler.
1 Hr. Buchh. Logier.
4 Hr. Hirschwald.

Bonn.

1 Hr. Prof. Näke.
1 Hr. Dr. u. Prof. Nasse.

Bremen.

1 Hr. Dr. Menke.

Breslau.

1 Hr. Med. Rath Andreé.
1 Hr. Dr. u. Pr. Benedict.
1 Hr. Dr. Ebers.
1 Hr. Dr. Guttentag.
1 Hr. Dr. u. Ass. Hanke.
1 Hr. Dr. Henschel sen.
1 Hr. Dr. Kroker jun.
1 Hr. Dr. Küstner.
1 Hr. Dr. Lüdike.
1 Hr. Dr. Morgenstern.
1 Hr. Dr. u. Pr. Remer.
1 Hr. D. u. Pr. Schneider.
1 K. Universitätsbibliothek.
1 Hr. Dr. Wendt, K. Med. R. u. Ritter des rothen Adler-Ordens 3r Klasse.
1 Hr. Dr. Zemplin.
1 Hr. Buchhändler Max.

Buxtehude.

1 Hr. Dr. Müller.

Carlowitz.

1 S. Exc. der griech. Erzbischof und Metropolit Stephan v. Stralimirovics.

Carlsbad.

1 Hr. Dr. Mitterbacher.

Coblenz.

1 Hr. Buchh. Hölscher.

Cölln.

2 Hr. Buchh. Bachem.

Darmstadt.

1 Hr. Buchh. Leske.

Dorpat.

1 Universitätsbibliothek.

Dresden.

1 Arnoldische Buchh.
1 Hr. Conrect. Baumgarten-Crusius.

1 Hr. Dr. Choulant.
1 Hr. Dr. Ficinus.
1 Hr. Dr. Fischer.
1 Hr. Dr. u. Ritter Kapp.
1 Hr. Dr. Koberwein.
1 Hr. Dr. Seiler.
1 Hr. Mag. Wagner.
1 Hr. Hofrath Weigel.

Elberfeld.

2 Hr. Buchh. Schönian.

Erfurt.

1 Hr. Med. Rath Bernhardi.
1 Hr. Dr. Erhard.

Frankfurt a. M.

1 Hr. Prof. Vömel.
1 Hr. Buchh. Varrentrapp.

Frauenstein.

1 Hr. Dr. Hederich.

Freyberg.

1 Hr. Dr. Weiss.
1 Hr. Rect. M. Rüdiger.

Giessen.

1 Hr. Dr. Nebel.
1 Seminarium Philolog.
1 Universitätsbibliothek.
1 Hr. Dr. Walther.

Glogau.

1 Neue Günthersche Buchh.

Göttingen.

1 Hr. Vandenhoek u. Ruprecht.

Gotha.

1 Hr. Hofrath Jacobs.
1 Herzogl. Bibliothek.

Greifswalde.

1 Königl. akad. Bibliothek.
1 Hr. Prof. Mende.
1 Schulbibliothek.
1 Hr. Buchh. Mauritius.

Grimma.

5 Hr. Prof. Hochmuth.
1 Hr. Prof. Weichert.

Haag.

1 Hr. Buchhändl. Volcke.

Halberstadt.

1 Buchh. Vogler.

Halle.

1 Hr. Prof. Dzondi.
1 Hr. Dr. Düffer.
1 Hr. Pr. Friedländer.
1 Hr. Dr. Herzberg.
1 Hr. Dr. Krukenberg.
1 Hr. Dr. Ulrich.
1 Hr. Prof. Sprengel.
1 Hr. Prof. Sprengel jun.
1 Hr. Dr. Weber.
1 Hr. Hofrath Schütz.
1 Waisenhausbuchhandl.

Hamburg.

1 Hr. Dr. Moldenhauer.
1 Hr. Direct. Gurlitt.
2 Hr. Perthes u. Besser, Schrpap.
4 Dieselben Druckpap.
1 Rathsbibliothek.

Heidelberg.

1 Hr. Buchh. Groos.
1 Hr. Hofrath Conradi.
1 Hr. Hofrath Creuzer.
1 Universitätsbibliothek.
1 Hr. Buchh. Winter.

Hildburghausen.

1 Gymnasium Fridericianum.
1 Hr. Med. Rath Hohnbaum.

Hildesheim.

1 Beverinsche Bibliothek.
1 Hr. Dr. Schreiber.

Jena.

2 Crökersche Buchh.

Kirchen an der Sieg.

1 Hr. Chr. Dan. Jung, med. stud.

Königsberg.

1 Hr. Med. Rath D. Burdach.

1 Hr. Direct. Gotthold.

1 Hr. Buchh. Bornträger.

3 Hr. Buchh. Unzer.

Landshut.

2 Hr. Buchh. Krüll.

Leipzig.

1 Hr. Dr. Anton.

2 Hr. Buchh. Barth.

1 Hr. Dr. Baumann.

1 Hr. Hofrath Beck.

1 Hr. Dr. Bernhard.

1 Hr. Oberhofgerichts-Rath Blümner.

1 Hr. Baccalaur. Braune.

1 Hr. Dr. Cerutti.

1 Hr. Hofrath und Ritter Clarus.

1 Hr. Dr. Cunitz.

1 Hr. Dindorf.

1 Hr. Prof. Eschenbach.

1 Hr. Rector Forbiger.

1 Hr. Dr. Haase jun.

1 Hr. Dr. Hänel.

1 Hr. Dr. Hasper.

1 Hr. Buchh. Hartmann.

1 Hr. Dr. u. Prof. Joerg.

1 Hr. Dr. Kuhl.

1 Hr. Buchh. Kummer.

1 Hr. Dr. Leune.

1 Hr. Dr. Puchelt.

1 Hr. Mag. Radius.

1 Hr. Dr. Ritterich.

1 Hr. Dr. u. Prof. Schwägrichen.

1 Hr. Dr. Schwarz.

1 Hr. Dr. Voigt.

1 Universitätsbibliothek.

1 Hr. Procl. Weigel.

Lichtenstein.

1 Hr. Dr. Weidmann.

Lingen.

1 Hr. Jülicher.

Linz.

1 Hr. Buchh. Hasslinger.

Malchin.

1 Hr. Dr. Scheven.

Mannheim.

1 Hr. Buchh. Löffler.

Marburg.

1 Hr. Buchh. Krieger.

Neu-Brandenburg.

1 Hr. Dr. Kirchstein.

1 Hr. Hofrath u. Doctor Schultz.

1 Hr. Rath u. Dr. Walther.

Neu-Strelitz.

1 Hr. Dr. v. Hieronymus.

1 Grossherz. Bibliothek.

1 Gymnasium Carolinum.

Nürnberg.

1 Hr. Monath u. Kussler.

Odensee.

1 Hr. Secr. Wahlmann.

Oldenburg.

1 Hr. Buchh. Schulze.

1 Hr. Dr. Bruel.

Oxford.

1 Hr. Jos. Parker.

Penzlin.

1 Hr. Rath u. Dr. Kortüm.

1 Hr. Dr. Pfuhl.

Pest.

1 Hr. Buchh. Hartleben.

2 Hr. Buchh. Kilian.

St. Petersburg.

3 Hr. Wilh. Gräff.

Pyrmont.

1 Hr. Buchh. Uslar.

Riga.

1 Hr. Deubner u. Treuy.

Kloster Rossleben.

1 Hr. Dr. Kraft.

Rostock.

2 Hr. Prof. Huschke.

1 Hr. Ober-Medicin. Rath Wildberg.

Rudolstadt.

1 Hofbuchhandlung.

Stralsund.

1 Hr. Leibmed. Sager.

1 Regierungsbuchhandlung.

Schulpforte.

1 Hr. Dr. Ilgen.

1 Schulbibliothek.

Thorn.

1 Hr. Dr. Weese.

Ulm.

1 Stettinsche Buchhandl.

Wien.

1 Hr. Buchh. Härter.

2 Hr. Buchh. Heubner.

5 Druckp. } Buchh. Schalbacher.
1 Schreibp. }

2 Hr. Buchh. Volcke.

Wilna.

1 Hr. Staatsrath Frank.

1 Universitätsbibliothek.

Winterthur.

1 Hr. Buchh. Steiner.

Wittenberg.

1 Hr. Dr. Süss.

Züllichau.

1 Darnmannsche Buchh.

CONTENTA TOMI VI.

